BEHAVIORAL THERAPY DENGAN TEKNIK *MODELLING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF EFFICACY* RENDAH PADA SEORANG KARYAWAN DI PERUSAHAAN FAZA GRAFIS SIDOARJO

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh :

Helthy Safitri Rahmah
NIM. B03215013

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2019

PERNYATAAN

PERTANGGUNG JAWABAN PENULISAN SKIRPSI

Bismillaahirrohmaanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Helthy Safitri Rahmah

NIM : B03215013

PRODI : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Dsn. Belik, RT/RW. 001/004, Ds. Bendung, Kec. Jetis, Kab. Mojokerto

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa:

1) Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2) Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atau karya orang lain.
3) Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, 12 April 2019

Yang telah menyatakan,

METERAI TEMPEL D4E62AEF097847506 6000 ENAM RIBU RUPIAH

Helthy Safitri Rahmah

NIM. B03215013

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama	:	Helthy Safitri Rahmah
Nim	:	B03215013
Jurusan	:	Bimbingan dan Konseling Islam
Judul	:	*Behavioral Therapy* Dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Pada Seorang Karyawan Di Perusahaan Faza Grafis Sidoarjo

Skripsi ini telah diperiksadan disetujui oleh pembimbing untuk diujikan

Surabaya, 12 April 2019

Telah disetujui oleh ;

Dosen pembimbing

Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I, S.Pd, M.Pd., Kons.

NIP: 197708082007101004

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi yang telah disusun oleh Helthy Safitri Rahmah ini telah dipertahankan di depan tim penguji skripsi.

Surabaya, 01 April 2019
Mengesahkan,
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan,

Dr. H. Abd. Halim, M.Ag
196307251991031003

Penguji I,

Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos. I, S.Pd. I, Kons
197708082007101004

Penguji II,

Dra. Hj. Ragwan Albaar, M.Fil.I
196303031992032002

Penguji III,

Dr. H. Rudy Al Hana, M.Ag.
196802051991031001

Penguji IV

Dr. Agus Santoso, S.Ag, M.Pd
197008251998031002

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : HELTHY SAFITRI RAHMAH
NIM : B03215013
Fakultas/Jurusan : DAKWAH DAN KOMUNIKASI / BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
E-mail address : healthySafitri@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

BEHAVIORAL THERAPY DENGAN TEKNIK MODELLING UNTUK MENINGKATKAN SELF EFFICACY RENDAH PADA SEORANG KARYAWAN DI PERUSAHAAN FAZA SIDOARJO

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 12 April 2019

Penulis

(HELTHY SAFITRI RAHMAH)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Helthy Safitri Rahmah (B03215013), *Behavioral Therapy* dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Rendah Sebagai Seorang Karyawan Di Perusahaan FAZA Grafis Sidoarjo.

Fokus penelitian adalah (1) Bagaimana proses pelaksanaan terapan *Behavioral Therapy* dengan Teknik Modelling Upaya Mengatasi *Self Efficacy* Rendah Seorang Karyawan di perusahaan Faza Grafis Sidoarjo? (2) Bagaimana keadaan atau kondisi seorang karyawan di Perusahaan Faza Grafis Sidoarjo setelah pelaksanaan terapan *Behavioral Therapy* dengan Teknik Modelling Upaya Mengatasi *Self Efficacy* Rendah? Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dalam membahas permasalahan dengan studi kasus seorang sebagai karyawan di Perusahaan FAZA Grafis Sidoarjo. *Behavioral therapy* dengan teknik *modelling* diterapkan dalam penelitian ini. Teknik *modelling* dengan jenis model nyata dan beberapa penguatan yang sesuai dengan masalah *self efficacy* rendah sebagai seorang karyawan. Sedangkan analisa data menggunakan analisa deskriptif komparatif yakni membandingkan proses bimbingan dan konseling antara sebelum dan sebelum diterapkan terapi *behavioral therapy* dengan teknik *modelling*. Hasil akhir dari proses konseling dengan *behavioral therapy* dengan teknik *modelling* telah dibuktikan dengan hasil yang cukup berhasil. Hasil tersebut telah memberi perubahan pada perilaku ataupun tindakan konseli terhadap *self efficacy* yang ada dalam diri konseli.

Kata kunci : Behavioral Therapy, Teknik Modelling, *Self Efficacy*, Karyawan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
KATA PERSETUJUAN ii
HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI iii
MOTTO iv
PERSEMBAHAN v
PERNYATAAN PERTANGGUNG JAWABAN SKRIPSI vi
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI vii
ABSTRAK viii
KATA PENGATAR ix
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xi

BAB I PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah. 6
C. Tujuan Penelitian. 7
D. Manfaat Penelitian. 8
E. Definisi Konsep 8
F. Metode Penelitian 11
G. Sistematika Pembahasan. 20

BAB II LANDASAN TEORI **22**

A. *Behavioral Therapy*, Teknik Modelling, *Self Efficacy*, Karyawan 22
1. Behavioral Therapy 22
a. Pengertian *Behavioral Therapy* 22
b. Konsep Dasar Tentang Manusia 23
c. Tujuan dan Peran 24
d. Asumsi Tingkah Laku Bermasalah 26
e. Tahap-Tahap *Behavioral Therapy* 27
f. Teknik-Teknik *Behavioral Therapy* 29
2. Teknik *Modelling* 34
a. Pengertian Teknik *Modelling* 34
b. Tujuan dan Prinsip Teknik *Modelling* 35
c. Tahap-tahap Teknik *Modelling* 38
d. Pengaruh Teknik *Modelling* 39
e. Jenis-jenis *Modelling* 41
3. *Self Efficacy* 42
a. Pengertian *Self Efficacy* 42
b. Fungsi *Self Efficacy* 43
c. Aspek-aspek *Self Efficacy* 45
d. Kondisi mempengaruhi pembentukan *Self Efficacy* 47
e. Faktor-faktor *Self Efficacy* 49
4. Karyawan 51

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Pengertian Karyawan 51
b. Fungsi dan Peranan Karyawan 52
c. Faktor-faktor mempengaruhi Karyawan 52
d. Dampak-dampak yang timbul 54
B. Penelitian Terdahuluyang Relevan 55

BAB III PENYAJIAN DATA **56**

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian 56
1. Deskripsi Lokasi Penelitian 57
2. Deskripsi Konselor 57
3. Deskripsi Konseli 59
4. Deskripsi Masalah 62
B. Deskripsi Hasil Penelitian 64
1. Deskripsi Proses *Behavioral Therapy* dengan teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Rendah Pada Seorang Karyawan di Perusahaan Faza Grafis Sidoarjo 6
a. Identifikasi Masalah 65
b. Diagnosis 69
c. Prognosis 70
d. Terapi 71
2. Deskripsi hasil akhir Deskripsi Proses *Behavioral Therapy* dengan teknik *Modeling* Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Rendah Seorang Karyawan di Perusahaan Faza Grafis Sidoarjo 77

BAB IV ANALISIS DATA **78**

A. Analisis Proses *Behavioral Therapy* dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Rendah Seorang Karyawan di Perusahaan FAZA Grafis Sidoarjo 78
B. Analisis Hasil Akhir Behavioral Therapy dengan Teknik Modelling Untuk Meningkatkan Self Efficacy Rendah Seorang Karyawan di Perusahaan FAZA Grafis Sidoarjo 84

BAB V PENUTUP **90**

A. kesimpulan 90
B. Saran 90

DAFTAR PUSTAKA **93**

LAMPIRAN

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Data Karyawan 57
Tabel 3.2 Peta Konsep Penerapan 63
Tabel 3.3 Jadwal Konseling 118
Tabel 3.4 Indikator *Self Efficacy* Rendah 67
Tabel 3.5 Instrument Wawancara 119
Tabel 3.6 Instrument Minat dan Bakat 121
Tabel 3.7 Instrument Wawancara 131
Tabel 3.8 Jawaban Instrument Wawancara 131
Tabel 3.9 Instrument Proses Konseling Tahap Reproduksi 132
Tabel 3.10 Skema Jawaban Proses Konseling Tahap Reproduksi 133
Tabel 3.11 Jawaban Proses Konseling 134
Tabel 3.12 Proses Konseling Evaluasi/*Follow Up* 134
Tabel 4.1 Data dan teori dan Lapangan 78
Tabel 4.2 Kondisi Konseli 87

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sumber daya manusia adalah suatu yang mempunyai peranan penting dan besar dalam hal berkarir di perindustrian. Terutama kelangsungan sebuah perusahaan atau organisasi. Sumber daya manusia merupakan seorang yang berkerja disebut dengan karyawan. Indikator suatu perusahaan atau organisasi bisa berhasil yakni dengan kinerja karyawan dengan baik. Sehingga setiap tanggung jawab atau tugas dilaksanakan karyawan sesuai dengan ketentuan perusahaan atau industri tersebut. Beberapa fenomena saat ini muncul dengan bermacam-macam masalah pada industri atau organisasi yaitu tingkat kecil, medium, dan besar.

Hakikat sebagai manusia, seorang karyawan juga mempunyai tujuan secara pribadi untuk dicapai. Kebutuhan tersebut bisa meliputi materi dan non materi. Sedangkan perusahan atau organisasi harus memenuhi kebutuhan melalui upah yang dihasilkan dari kerja keras. Sehingga akan memicu semangat seorang karyawan dalam meningkatkan kinerja tersebut.

Kebutuhan-kebutuhan manusia bisa disebut dengan ketegangan-ketegangan yang timbul dari kekurangan-kekurangan, keinginan, dan ketiadaan.[1] Karyawan dalam hal ini harus dapat memilih karir degan tepat

[1] Harold J. Leavitt, *Psikologi Manajement Edisi keempat,* (Jakarta : PT. Gelora Aksara Pratama, 1992, hal. 9

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan menggapai kebutuhan-kebutuhan yang ada. suatu pemilihan akan pemicu penting dalam masa depan kehidupan. Setiap kinerja akan bisa lebih meningkat dengan pemahaman akan tugas yang diberikan pada karyawan. Karyawan harus mampu menghadapi semua tantangan.

Perusahaan maupun organisasi mempunyai peranan penting terhadap karyawan. Sehingga adanya bimbingan dan keadilan itu perlu. Akan tetapi, jika karyawan mempunyai kepercayaan diri kurang maka dikatakan dengan memiliki *Self Efficacy* rendah yang ada pada diri karyawan. Dalam hal ini terdapat disebabkan beberapa faktor. Menurut Bandura *Self Efficacy* akan mempengaruhi dengan cara merasa, berpikir, memotivasi diri dan bertindak. Beberapa hal yang dapat mempengaruhi individu :

1. Tindakan individu

   Self Efficacy menentukan kemantapan dalam perencaan dan tindakan yang akan dilakukan. Apabila individu memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan yang dimiliki maka akan lebih mudah untuk memahami dan mengetahui hal yang akan dilakukan. [2]

2. Usaha

[2] Erna Susiati, *Hubungan Self Efficacy dengan Kemantangan Karir pada Siswa Kelas X SMAN 8 Bandung*, (Bandung : FIB UPI Bandung, 2008), hal. 25

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Self Efficacy mengambarkan individu dalam hal yang berhubungan upaya yang dilakukan untuk menggapai sebuah target atau tujuan.[3]

3. Fleksible

   Fleksible dalam hal ini bagaimana individu dapat melewati tantangan yang ada. *Self Efficacy* tinggi maka akan ada motivasi mengetahui jenis-jenis serta karir yang sesuai untuk individu. [4]

4. Toleransi

   Toleransi hal ini bagaimana individu bisa nyaman dalam situasi yang ada. apabila *Self Efficacy* tinggi akan menganggap tantangan sebagai sesuatu yang harus dilewati. [5]

5. Pola pikir

   Setiap situasi dan kondisi akan mempengaruhi pola pikir individu dalam hal bertindak. [6]

6. Stress dan depresi

   Apabila *Self Efficacy* rendah maka kecemasan dan rasa tertekan akan selalu muncul dalam diri individu. [7]

---

[3] Kristiana Yunitri dan Devi Jatmika, Jurnal : "*Tipe Kepribadian OCEAN dengan CAREER DECISION SELF EFFICACY Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Jakarta*, Vol. 03, No. 02, Agustus 2015, hal. 405

[4] Erna Susiati, *Hubungan Self Efficacy dengan Kemantangan Karir pada Siswa Kelas X SMAN 8 Bandung*, (Bandung : FIB UPI Bandung, 2008), hal. 25

[5] Erna Susiati, *Hubungan Self Efficacy dengan Kemantangan Karir pada Siswa Kelas X SMAN 8 Bandung*, (Bandung : FIB UPI Bandung, 2008), hal. 25

[6] Kristiana Yunitri dan Devi Jatmika, Jurnal : "*Tipe Kepribadian OCEAN dengan CAREER DECISION SELF EFFICACY Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Jakarta*, Vol. 03, No. 02, Agustus 2015, hal. 405

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

7. Tingkat pencapaian yang akan terealisasikan

   Berdasarkan beberapa point di atas dapat dilihat bagaiman *Self Efficacy* mempengaruhi seseorang dan dapat menjadi tolak ukur *Self Efficacy* yang dimiliki seseorang.[8]

Setelah mengetahui beberapa point sebelumnya. Dapat disimpulkan bahwasannya *Self Efficacy* dapat dipengaruhi dari beberapa faktor yang menjadi indikasi *Self Efficacy* yang dimiliki seseorang. Sedangkan menurut Alwisol *Self Efficacy* berbeda dengan dengan aspirasi, karena cita-cita mengambarkan sesuatu yang ideal dan harus dapat tercapai sedangkan efikasi diri ini menggambarkan kemampuan diri.[9]

Menurut Winarno Kemampuan kerja merupakan kemampuan untuk melakukan suatu pekerjaan dengan hasil yang memuaskan, baik berupa barang dan jasa yang meurpakan kebutuhan masyarakat. Kemampuan mansia adalah kualitas hakiki yang melekat pada diri seseorang.[10] Sedangkan Menurut Bandura kemampuan mereka dapat ditumbuhkan dan diperlajari melalui empat hal yakni kinerja atau

---

[7] Mamat Supriatna, Artikel : "Apa Dan Bagaimana Bimbingan Karier", Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, 2006, hal. 9

[8] Mamat Supriatna, Artikel : "Apa Dan Bagaimana Bimbingan Karier", Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, 2006, hal. 9

[9] R. Ribka Rimper, L. Kawet, Jurnal : Pengaruh Perencanaan Karir dan Self Efficacy terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. PLN (PERSERO) Area Manado, EMBA, Vol.2, No.4 Desember, hal. 415

[10] Agustuti Handayani, Artikel : "*Pengaruh Kemampuan, Kecakapan dan Ketrampilan Terhadap Kinerja Auditor Kota Metro*", Universitas Bandar Lampung, hal. 3

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pengalaman masa lalu, model perilaku, persuasi dari orang lain dan keadaan faktor fisik dan emosional.[11]

Disimpulkan beberapa penjelasan sebelumnya. Seorang karyawan harus memiliki *Self Efficacy* tinggi untuk kesejahteraan perusahaan atau organisasi. manfaat untuk diri sendiri juga berpengaruh dalam masa depan individu. Beberapa faktor yang mempengaruhi bisa diatasi apabila memotivasi diri untuk melakukan kebiasaan yang positif.

Beberapa fenomena sama pada seorang karyawan yang memiliki *Self Efficacy* rendah. Berdasarkan wawancara dengan klien terhadap subjek penelitian yang disebut dengan " Mr.M". Mr. M merupakan karyawan yang berasal dari papua. Mr. M telah tinggal di jawa selama 5 tahun untuk memenuhi jenjang pendidikan yang ada di pondok pesantren. Setelah lulus Mr.M mencari pekerjaan bertujuan memenuhi kehidupan sehari-hari di Jawa dan di Papua untuk kedepannya. Mr. M telah bekerja selama setengah tahun. Mr. M telah memiliki 6 bulan dalam bekerja. Akan tetapi, Mr.M masih dalam kategori karyawan baru untuk memahami kondisi dan kemampuan yang dimiliki untuk lebih jelas dalam melaksanakan tujuan dan terget individu maupun perusahaan dengan baik.

Salah satu masalah ini bisa menggunakan alternatif dengan *Behavioral Therapy*. Peneliti lebih fokus pada modifikasi perilaku dengan teknik modeling meningkatkan gejala *Self Efficacy* rendah. Sehingga adanya keyakinan akan ketrampilan yang dimiliki dengan

[11] Cecilia Engko, Jurnal Bisnis dan Akuntansi : "*Pengaruh Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Individual dengan Self Esteem dan Self Efficacy Sebagai Variabel Intervening*", Vol. 10, No. 1 April 2008, hal. 3

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengekspresikannya lebih bebas dan mengerti tugas dengan baik serta terget yang sesuai.

Dalam pandangan islam allah telah berfirman ayat al-Insyirah [94] ; 7-8 :

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانْصَبْ وَإِلَى رَبِّكَ فَارْغَبْ

Artinya : " Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap " [12]

Ayat tersebut menjelaskan untuk kita senantiasa bekerja keras dengan perilaku yang semangat dan bertujuan (bersungguh-sungguh). Ketika pekerjaan telah selesai maka melakukan pekerjaan yang lain yang menjadi kewajiban kita. Kebiasaan seperti itu akan kita rasakan ketika kita telah melakukannya berulang-ulang. Sehingga perilaku positif yang berulang akan menjadi lebih baik untuk memenuhi tujuan yang ditargetkan.

Berdasarkan problems yang ada pada diri subjek penelitian ini, maka peneliti melakukan penelitian dengan judul, "*Behavioral Therapy* Dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan *Self Eficacy* Rendah Pada Seorang Karyawan di Perusahaan Faza Grafis Sidoarjo ".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

[12] Departement Agama RI, Mushaf Al-Qur'an Terjemah Edisi Tahun 2002, (Jakarta : Al-Huda, 2005), hal. 597.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1.1 Bagaimana proses pelaksanaan terapan *behavioral therapy* dengan teknik *modelling* untuk Meningkatkan *Self Efficacy* rendah seorang karyawan di Perusahaan Faza Grafis Sidoarjo?

1.2 Bagaimana hasil akhir *Behavioral Therapy* dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *Self Efficacy* rendah seorang karyawan di Perusahaan Faza Grafis Sidoarjo?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui proses pelaksanaan *behavioral therapy* dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* Rendah Pada Seorang Karyawan Di Perusahaan Faza Grafis Sidoarjo.
2. Untuk mengetahui hasil akhir *Behavioral Therapy* dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* rendah seorang karyawan di Perusahaan Faza Grafis Sidoarjo
3. Manfaat Penelitian

Adapun Manfaat yang akan di dapatkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

D. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahun tentang pelaksanaan *behavioral therapy* dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* rendah pada seorang karyawan di perusahaan. Serta menjadi perlengkap referensi bacaan maupun petujuk dan arahan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang relevan dengan hasil penelitian.

1. Manfaat Praktis

   Hasil penelitian ini juga dapat bermanfaat dari segi praktis. Peneliti membagi manfaat bagi para pembaca maupun juga sebagai berikut :

   a. Bagi Peneliti

      Hasil penelitian ini dapat memberikan jawaban permasalahan yang diteliti serta memberikan pengalaman-pengalaman pelaksanaan konseling menggunakan *behavioral therapy* dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* rendah pada seorang karyawan di perusahaan.

   b. Bagi Karyawan

      Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi karyawan pada motivasi kerja dalam tetap semangat bekerja dengan penerimaan diri atau sasaran kerja menjadi lebih jelas.

E. Definisi Konsep

Pembahasan dalam penelitian ini menjelaskan tentang beberapa konsep yang digunakan dalam penelitian yang berjudul" *Behavioral Therapy* dengan Teknik *Modelling* untuk meningkatkan *Self Efficacy* Rendah Pada Seorang Karyawan di Perusahaan FAZA Grafis Sidoarjo" sehingga dapat memberikan pemahaman bagi pembaca. Konsep yang akan dibahas adalah sebagai berikut :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. *Behavioral Therapy*

Behavioral Therapy merupakan perilaku dibentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitar.[13] Sedangkan perilaku bermasalah dalam pandangan behaviorisme adalah perilaku yang tidak sesuai dengan yang diharapkan atau sesuai dengan norma yang ada. perilaku bermasalah ini merupakan kebiasan-kebiasaan negatif yang juga terbentuk dari hasil interaksi dengan lingkungan.[14] Setiap manusia mempunyai segenap pengalaman dengan berbagai situasi atau stimulus diterima setiap individu. Berdasarkan penjelaskan tersebut, maka dapat disimpulkan *behavioral therapy* untuk membantu konseli mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalah.

2. Teknik *Modeling*

Menurut Albert Bandura merupakan teori belajar sosial yang dilakukan melalui observasi terhadap model tingkah laku yang diterima secara sosial, dan individu memperoleh tingkah laku baru.[15] Sehingga, Modeling merupakan teknik belajar dengan cara mengamati seseorang yang dijadikan sebuah panutan. Menambahkan beberapa perilaku positif dari yang diamati yang menghapus perilaku negatif yang ada.

---

[13] Latipun, *Psikologi Konseling edisi keempat*, (Malang : UMM Press, 2015), hal. 91

[14] Dyesi Kumalasari, Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam : "*Konsep Behavioral Therapy dalam meningkatkan Rasa Percaya diri pada siswa Terisolir*", Hisbah,Vol. 14, No. 1, Juni 2017, hal. 18

[15] Rika Damayanti, Jurnal BKI : "Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling Untuk Mengatasi Perilaku Agresif Pada Peserta Didik SMP Negeri 07 Bandar Lampung", Vol.3, No.1 Juni 2016, hal.2

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. *Self Efficacy*

Self efficacy dalam bahasa indonesia artinya adalah keyakinan diri. Menurut Bandura *self efficacy* merupakan keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu.[16] Sedangkan menurut Philip dan Gully *self efficacy* merupakan salah satu faktor yang membedakan setiap individu dengat suatu sebab cara penyelesaian tugas dan tujuan yang ada.[17]

Sehingga dapat disimpulakan dari beberapa pendapat sebelumya bahwa suatu kenyakinan akan kemampuan setiap individu dengan beberapa tingkatan atau faktor berbeda.

4. Karyawan

Menurut Hasibun karyawan adalah orang penjual jasa (pikiran, atau tenaga) dan mendapat kompensasi yang besarnya telah ditetapkan terlebih dahulu.[18] Menurut subri karyawan merupakan penduduk dalam suatu negara yang memproduksi barang dan jasa jika ada permintaan terhadap tenaga mereka.[19]

Berdasarkan iuran tersebut, maka disimpulkan bahwa karyawan adalah seorang yang berusia 15-64 tahun mampu melaksanakan

---

[16] Novita Dian Presiana dan Dewanti Purbandini, Jurnal : "*Hubungan Antara Efikasi Diri (Self Efficacy)* Dan Stres Kerja dengan Kejenuhan Kerja *(Burnout)* pada perawat IGD dan ICU RSUD Kota Bekasi", Soul, Vol.5. No.2, September 2012. Hal. 3

[17] Cecilia Engko, Jurnal Bisnis dan Akuntansi : "*Pengaruh Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Individual dengan Self Esteem dan Self Efficacy Sebagai Variabel Intervening"*, Vol. 10, No. 1 April 2008, hal. 3

[18] Hasibun, *Manajemen Sumber Daya Manusia*, (Jakarta : Aksara, 2009) hal, 69.

[19]Khoirunnisa El Karimah, 2012, *Hubungan Stress dengan Kepuasan Kerja Karyawan di Tiga* Direktorat *Operasional PT PLN (persero),* Skripsi Program Serjana Imu Adminitrasi Negara, Depok : Universitas Indonesia, hal. 3.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pekerjaan didalam maupun diluar untuk menghasilkan barang atau jasa.

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelititan

Penelitian ini peneliti menggunakan metode kualitatif. Menurut Zainal Arifin penelitian kualitatif merupakan penelitian yang fakta sesuai kondisi objektif dengan sewajarnya secara narutal tanpa diikutsertakan manipulasi. Terutama jenis data yang telah terkumpul ini adalah data kualitatif.[20]

Sedangkan menurut sugiyono adalah metode kualitatif merupakan metode penelitian yang berpokok pada *postpositivisme*, yakni peneliti mempunyai peran penting sebagai instrument kunci. Kondisi dimana obyek penelitian berlangsung secara alamiah mulai dari Pengambilan sampel, sumber dan data dilakukan dengan *Purpositive* dan *Snowball*, teknik pengumpulan dengan trianggulasi, analisi data bersifat kualitatif dan hasil penelitian kualitatif dengan menekan makna daripada generalisasi.[21]

Beberapa definisi sebelumnya mempunyai simpulan, peneliti kualitatif adalah penelitian yang melakukannya sesusai dengan fakta tanpa datanya merakaya data bertujuan untuk mendapatkan suatu data yang valid dan sesuai kondisi di lapangan.

[20] Zainal Arifin, *Peneltian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru,* (Bandung : Rosda Karya, 2011) hal. 140

[21] Sugiono, *Metode Penelitan Pendidikan,* (Bandung : Alfabeta, 2013) hal. 15

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Terkait dengan tata cara kualiatatif dengan mendekati-memahami, menggali, mengungkap fenomena tertentu dari objek penelitian.

Apabila dilihat dari jenis data yang dikumpulkan, maka penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian kualitatif deskriptif. Yakni, mencatat secara teliti segala gejala (fenomena) yang dilihat dan didengar serta dibacanya (via wawancara atau bukan, catatan lapangan, foto, video tape, dokumen pribadi atau memo, dokumen resmi atau bukan, dan lain-lain), dan peneliti harus membanding-bandingkan, mengkombinasikan, mengabstarksikan, dan menarik-kesimpulan.[22]

2. Sasaran dan Lokasi Penelitian

Subjek yang menjadi sasaran dalam penelitian ini adalah seorang karyawan di Perusahaan Faza Grafis Sidoarjo. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi terhadap karyawan tersebut, bahwa karyawan memiliki karakteritstik kinerja kurang baik. Yakni, beberapa faktor kurang semangat untuk melaksanakan tanggung jawab atau tugas serta tujuan semakin tidak jelas untuk melakukan kinerja yang tepat pada pandanganya. Oleh karena itu perlu dilakukan penelitian untuk menumbuhkan antusiasme seorang karyawan. Lokasi yang dilakukan pada lingkup perusahaan Faza Grafis Sidoarjo.

[22] Burhan Bungin, *Metodologi Pnelitian Kualitatif,* (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2008), hal. 93

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Tahapan Penelitian

Terdapat beberapa runtutan dalam tahapan penelitian yang harus dilakukan untuk dapat berjalan secara sistematis dan lancar. Tahapan-tahapan tersebut antara lain :

a. Tahap Pra Lapangan

Peneliti menyiapkan segala perlengkapan serta persoalan ketika akan terjun ke lapangan. Adanya kesiapan dalam menyusun rancangan penelitian dan memilih subjek lokasi penelitian yang tepat juga harus dipersiapkan secara baik. Peneliti telah memiliki penelitian tentang sikap antusiasme karyawan. Peneliti menggali informasi tentang masalah tersebut di lingkup sidoarjo. Kemudian peneliti mempersiapkan instrument penelitian yang dibutuhkan di lapangan, yakni pedoman wawancara, referensi yang bertujuan untuk menerapkan terapi di lapangan dengan lebih fokus dan mendalam. Peneliti juga mencari info tentang diri subyek, deskripsi lapangan serta keterangan yang terkait.

b. Tahap Lapangan

Tahap ini peneliti bisa menggunakan perlengkapan serta instrument yang telah dipersiapkan sebelumnya. Kemudian peneliti lebih memahami kondisi dan situasi di lapangan untuk menjalin keakraban dan saling keterbukaan maupun

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kepercayaan dengan objek. Instrument yang telah disiapkan sebelumnya akan digunakan peneliti dalam mendalami serta mengamati perilaku objek dengan berlangsungnya proses pemberian treatment *behavioral therapy* dengan teknik modeling untuk *self efficacy* rendah. Tahap ini berfokus pada penggalian data informasi objek serta pemberian terapi di lapangan.

4. Jenis dan Sumber Data

a. Jenis data

Data merupakan catatan hasil akhir penelitian yang telah tersusun baik bersifat fakta dan angka yang dapat dijadikan untuk menyusun informasi. Penelitian akan kurang sesuai jika tidak tercantumnya jenis data dan sumber data. Adapun jenis dara pada penelitian ini adalah :

1) Data primer

Data primer merupakan data yang diperoleh dari sumber pertama yakni klien maupun orang dekat klien dengan menggunakan tahap serta teknk pengambilan data berupa *interview*, observasi, maupun menggunakan instrument yang telah disiapkan secara khusus sebelumnya dengan tujuan jelas serta sesuai penelitian. Sehingga peneliti memberi terapi menggunakan *behavioral therapy* teknik *modelling* untuk *self efficacy behavioral* dengan hasil yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diambil dari observasi dilapangan, wawancara, dokumentasi, dan instrument yang telah disiapkan.

2) Data sekunder

Data sekunder merupakan data yang diperolah oleh peneliti secara tidak langsung dengan data-data yang ada sebelumnya untuk mempermudah peneliti dalam membaca dan mengamati.[23] Terkait hal tersebut, data sekunder berupa buku-buku refernsi yang diperlukan atau yang berhubungan dengan penelitian *behavioral therapy* teknik *modeling* untuk *self efficacy* rendah.

5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang dilakukan pada penenlitian ini adalah sebagai berikut :

a. Observasi

Observasi merupakan mengamati obyek penelitian secara fakta dan langsung tanpa menipulasi tempat, aktifitas maupun kondisi yang ada.[24] Pengumpulan data yang dilakukan oleh penelitit dengan pencatatan secara sistematis terhadap gejala-gejala mupun fenomena yang diteliti.[25] Metode observasi ini dapat dilakukan sebelum dan sesudah pelaksanaan dengan

[23] Jonathan Sarwono, Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif (Yogyakarata : Graha Ilmu, 2006), hal. 209

[24] Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, (Jakarta : Salemba Humanika, 2011), hal. 144.

[25] Cholid Narbuka & Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian* (Jakarta : Bumi Aksara, 1997), hal. 70.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tujuan agar dapat membedakan hasil keduanya dengan hasil yang valid.

b. Wawancara

Wawancara dapat dilakukan oleh peneliti secara berhadapan dengan partisipan (*face to-face interview*) atau melaui telepon maupun partisipasi per kelompok (*focus group interview)* tediri dari enam dsampai delapan orang. Terkait hal ini, diperlukan sebuah pertanyaan-pertanyaan secara umum tidak terstuktir dan bersifat terbuka bertujuan untuk membuat individu dapat memunculkan pandangan dan opini masing-masing.[26] Sehingga pertanyaan yang disiapakan sesuai dengan keadaan maupun kondisi dengan ciri unik responden secara mengalir seperti percakapan sehari-hari untuk menciptakan kedekatan dan meciptakan suasana ketika wawancara.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah pengambilan data yang diperoleh dari dokumen. Metode dokumentasi merupakan suatu teknik pengumpulan data yang diperoleh meliputi : buku, catatan harian, notulentasi, peraturan-peraturan dan lain-lain.[27] Hasil pengambilang gambar atau photo dari kamera maupun kamera dari handphone.

---

[26] John W. Creswell, *Reaserach Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed Edisi Ketiga*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2015), hal. 267

[27] Husaini Usman dan Purnomo Setiadi Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial* (Jakarta : Bumi Aksara, 1996), hal. 202

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan hasil kegiatan yang dilakukan untuk menambah data hasil dari penelitian menjadi informasi yang nantinya bisa dipergunakan dalam meengambil kesimpulan.[28] Sehingga, semua data telah terkumpul maka dilanjutkan menganalisis dengan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus hingga akhir analisis data.

a. Reduksi Data (*Data Reduction)*

Menurut S. Nasution bahwa reduksi adalah menyimpulkan dan memilah berhubungan dengan produk lalu memfokuskan pada hal-hal yang berhubungan dengan penelitian dilengkapi dengan mencari tema polanya. sehingga data lebih mudah untuk dikendalikan.[29] Sedangkan menurut sugioyono reduksi merupakan data yang harus merangkum, memilih hal-hal yang penting, memfokuskan dan mencari tema serta polanya yang sesuai. [30]

Setelah semua data telah terkumpul melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi maka perlu difokuskan sesuai dengan rumusan masalah dalam penelitian.

[28] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D,* (Bandung : Alfabeta, 2013) hal. 243

[29] S. Nasution, *Metode Penelitian Naturalistik*, (Bandung : Tarsito, 1996) hal. 129

[30] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D,* (Bandung : Alfabeta, 2013) hal. 243

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Penyajian Data (*Data Display)*

Langkah berikutnya setelah tahap data direduksi, yakni mendisplaikan data. Dalam peneltian kualitatif penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk singkat, bagan, hubungan antar kategori, dan dengan teks yang bersifat naratif. Mendisplainkan data bertujuan lebih meringankan dan memahamkan yang akan dilakukan selanjutnya dengan pemahaman yang telah dimengerti.[31]

Dari penjelasan tersebut, maka langkah selanjutnya setelah direduksi adalah mendisplaykan data. Membuat uraian yang bersifat naratif sehingga dapat diketahui rencana kerja yang bisa berupa mencari pola-pola berdasarkan pemahaman data penelitian yang medukung.

c. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan merupakan sebua simpulan peneliti masih berupah hipotetis dan dapat menjadi sebuah teori apabila kontributif dengan data-data yang valid lainnya.[32]

Dari penjelasan sebelumnya, maka langkah penarikan kesimpulan dengan tahap awal mencari pola, tema, hubungan, hal-hal yang sering timbul dan mengarah pada penelitian yakni *self efficacy* rendah seorang karyawan

[31] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung : Alfabeta, 2013), hal. 341
[32] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung : Alfabeta, 2013), hal. 345

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

7. Teknik Keabsahan Data

Teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitan ini ada tiga macam, yaitu :

a. Memperpanjang Keikutsertaan

Memperpanjang waktu penelitian merupakan salah satu cara untuk mengurangi kesalahan dalam keabsahan data. Berlangsungnya proses penelitian dengan memanjangkan waktu adalah suatu hal yang harus dilakukan peneliti untuk membuat klien lebih nyaman dan percaya dengan peneliti.[33] Sehingga peneliti adalah pengaruh besar dalam pengumpulan data dalam keikutsertaan.

b. Melakukan cek ulang (*re-cheking*)

Cara ini dapat mengurangi kesalahan dan memastikan status valid sebuah data penelitian. Proses ini dilakukan pada pertengahan penelitian.[34] *Re-checking* bertujuan bagi peneliti melakukan penelitian dengan pengamatan yang tepat, detail, dan menelaah lebih jauh.

c. Triangulasi

Triangulasi merupakan penggunaan dua atau lebih sumber untuk mendapatkan gambaran serta informasi yang

[33] Haris Herdiansya, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial,* (Jakarta : Salemba Humanika, 2011), hal.200

[34] Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial,* (Jakarta : Salemba Humanika, 2011), hal.205

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menyeluruh tentang suatu fenomena yang akan diteliti.[35] Peneliti menggunakan cara ini bertujuan untuk dapat menarik kesimpulan dari beberapa sumber lain sebagai pematangan penelitian. Data hasil wawancara serta dokumentasi yang lain sangat mempunyai peran sebagai pembanding. Demikian dengan yang diperoleh dari sumber yang diteliti bisa teruji kebenarannya apabila dibandingkan data yang sejenis diperoleh dari sumber lain yang berbeda.

G. Sistematika Pembahasan

Bertujuan mempermudah dalam memahami skripsi akan peneliti susun sebagai laporan, maka peneliti mempunayi pandangan perlu mengubah sistematika pembahasan. Skripsi ini terbagi menjadi tiga bagian, yaitu :

Bab Pertama, Pendahuluan, Meliputi : Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaan Penelitian, Definisi Operasional, Metode Penelitian dan Sistematika Pembahasan.

Bab Kedua, Menjelaskan Tentang Kajian Teoritik, Meliputi : *Behavioral Therapy* merupakan teori belajar memodikfasi perilaku, Teknik *Modelling* merupakan teknik teori kognitif sosial dengan adanya proses observasi atau mengamati seorang model untuk merubah suatu tingkah laku , *Self Efficacy* merupakan suatu kepercayaan diri tentang ketrampilan,

[35] Haris Herdiansya, *Metode Penelitan Kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial,* (Jakarta : Salemba Humanika, 2011),hal. 201

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Karyawan yakni sumber daya manusia yang berperan aktif dalam perindustrian.

Bab *Ketiga*, Penyajian Data, Berisi Mengenai : Deskirpsi Umum Objek Penelitian dan Deskripsi Hasil Penelitian.

Bab Keempat, Analisis Data. Terdiri Dari : Analisis Proses pelaksanaan terapan *Behavioral Therapy* Dengan Teknik *Modelling* untuk meningkatkan *Self Efficacy* Rendah pada seorang Karyawan Dan Keadaan Atau Kondisi seorang karyawan di Sidoarjo setelah pelaksanaan terapan *Behavioral Therapy* dengan Teknik *Modelling* untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Rendah Sebagai pada Seorang Karyawan

Bab Kelima, Penutup. Terdiri dari : Kesimpulan dan Saran.

Bab Akhir, Terdiri dari daftar pustaka dan lampiran-lampiran.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. *Behavioral Therapy*, Teknik *Modelling*, *Self Efficacy*, Karyawan

1. *Behavioral Therapy*

a. Pengertian *Behavioral Therapy*

Behaviorisme merupakan suatu pandangan teori untuk menguasai tingkah laku individu dalam memahami setiap kejadian pengaruh lingkungan sebagai mekanisme belajar secara spontan yang akan terlatih menjadi kebiasaan individu.[36]*Behavioral Therapy* merupakan terapi tingkah laku yang bercampur antara beberapa teori belajar dengan tokoh atau para ahli yang bebeda-beda. Menurut Corey teori belajar , modifikasi tingkah laku berhubungan dengan tingkah laku pendekatan konseling dan psikoterapi.[37] Sehingga terapi behavior ini adalah teori terapan mengubah tingkah laku yang beragam teknik serta banyak macam prosedur yang berlandaskan dengan teori belajar.

Menurut Corey terapi tingkah laku berbeda dengan sebagian besar pendekatan terapi lainnya, yakni :

[36] Sumanto, *Psikologi Umum* (Yogyakarta : PT Buku Seru, 2014), hal. 105

[37] Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : PT Refika Aditama, *2005*), hal. 196

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac. lib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik[38]
2) Kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan treatmen[39]
3) Perumusan prosedur treatment yang spesifik yang sesuai dengan masalah[40]
4) Penaksiran objektifitas hasil-hasil terapi[41]

Pada pokok pembahasannya, terapi tingkah laku mengarah ada perubahan tingkah laku baru serta penghapusan tingkah laku negatif atau maladaptif serta mempertahankan tingkah laku yang diharapakan oleh individu.

b. Konsep Dasar Tentang Manusia

Pada hakikatnya, pendekatan dan teori behavior ini berhubungan dengan cara untuk mengontrol dan merespon kelingkungan. Perilaku manusia akan terbentuk dari bagaimana kebiasaan individu dilingkungan. [42] Dalam konsep behavior, perilaku manusia adalah hasil dari belajar yang dapat diubah dan memanipulasi dan mengkreasikan kondisi-kondisi belajar.

---

[38] Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi,* (Bandung : PT Refika Aditama, *2013*), hal. 193

[39] Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi,* (Bandung : PT Refika Aditama, *2005*), hal. 196

[40] Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi,* (Bandung : PT Refika Aditama, *2013*), hal. 193

[41] Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi,* (Bandung : PT Refika Aditama, *2005*), hal. 196

[42] Sigit Santata, Jurnal Paradigma, *Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling,* N0. 14Th, VII, 2012. hal. 3

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sehingga pada dasarnya pendekatan behavioristik tidak berasumsi tentang manusia secara langsung. Manusia dipastikan dan dibentuk dari lingkungan sosial serta budaya yang ada. Akan tetapi, para behavioris juga mengikutsertakan suatu putusan setiap individu untuk menjadi kehendak sebagai pilihan tingkah laku yang dibentuk.[43]

Dustin & George mengemukakan pandangan mereka tentang konsep manusia, yakni :

1) Manusia bukanlah individu yang baik atau jahat sehingga lebih kepada memiliki kemampuan untuk berperilaku baik atau jahat (segala jenis perilaku)[44]
2) Manusia dapat mengonseptualisasikan dan mengontrol perilaku sesuai kehendak[45]
3) Manusia mampu mendapatkan perilaku baru[46]
4) Manusia dapat mempengaruhi dan dipengaruhi oleh perilaku orang lain.[47]

c. Tujuan dan Peran

Behavioral therapy atau terapi tingkah laku memiliki perbedaan dengan terapi lain, yakni :

---

[43] Gerlad Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2009), hal. 195

[44] Latipun, Psikologi *Konseling edisi keempat*, (Malang : UMM Press, 2015), hal. 95

[45] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling*, (Jakarta : KENCANA, 2011), hal. 168-169

[46] Latipun, *Psikologi Konseling edisi keempat*, (Malang : UMM Press, 2015), hal. 95

[47] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling*, (Jakarta : KENCANA, 2011), hal. 168-169

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Berfokus pada tingkah laku yang tampak dan secara khusus[48]
2) Tujuan treatment jelas dan ditulis secara lengkap dan teliti[49]
3) Perumusan setiap langkah treatment lebih khusus dan digunakan sesuai dengan permasalah yang ada[50]
4) Hasil akhir terapi akan ditarik kesimpulan dengan interpretasi secara objektif[51]

Terapis memberikan treatment sesuai dengan permasalahan klien. Sehingga terapis lebih aktif dan secara langsung mencari dan menggiring kepada pemecahan masalah klien. Setiap tingkah laku klien diharapkan bisa berkembang dari perilaku maladaptif kepada adaptif atau dengan mengatur perilaku baru yang tampak pada klien. [52] Tujuan Behavior adalah menciptakan suatu perilaku positif baru dengan melewati beberapa proses belajar hingga perilaku negatif dapat terhapus.[53] Berpengaruh pula dengan cara individu ketika berhubungan dengan sikap betindak mengambil keputusan,

[48] Gerald Corey, Teori *dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2009), hal. 196

[49] Latipun, *Psikologi Konseling edisi keempat*, (Malang : UMM Press, 2015), hal. 96

[50] Gerald Corey, Teori *dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2009), hal. 196

[51] Sofyan S. Wills, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta : 2009) hal.70

[52] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Jakarta : PT Indeks, 2011) hal. 206

[53] Namora lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta : Kencana Prenada Media Group, 2011), hal. 171

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yakni adanya kesepakatan antara konselor dan klien dengan pilihan yang akan diubah perilakunya. [54] Hal ini konselor mempunyai peran penting untuk membantu klien serta memberi dorongan atau stimulus positif

d. Asumsi Tingkah Laku Bermasalah

Menurut willis bahwa para konselor *behavior* memiliki pandangan kelainan perilaku sebagai kebiasaan yang diperlajari. Karna itu dapat diubah dan mengganti situasi yang negatif menjadi perilaku yang positif.[55] Tingkah laku bermasalah merupakan tingkah laku yang timbul dari kebiasaan-kebiasaan negatif yang tidak tepat.

Perilaku yang salah dalam penyesuaian dengan demikian berbeda dengan perilaku normal. Perbedaan pada tingkatan untuk wajar dipandang. Perilaku yang salah penyesuaian berpengaruh pada lingkungan menimbulkan konflik berasal dari individu sendiri. Dalam hal ini perilaku tersebut perlu mengubah dan membentuk dengan positif. Bertujuan untuk dapat menghadapi kesulitan maupun konflik dengan luas dan bertahan lebih panjang.

[54] Dyesi Kumalasari, Artikel Skripsi, *Konsep Behavioral Therapy dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Terisolir*, Vol. 14, No. 1, 2017. Hal. 19

[55] Sofyan S. Wills, *Konseling Individual Teori dan Praktek,* (Bandung : Alfabeta : 2009) hal, 2004 hal.70

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

e. Tahap-Tahap *Behavioral Therapy*

Menurut Rosjidan tahap-tahap *Behavioral Therapy* memiliki empat tahap, yakni[56] :

1) Melakukan Asesment

Melakukan Asesment ini bertujuan untuk menetapkan perilaku atau tindakan konseli dengan berfokus pada aktivitas nyata, perasaan dan pikiran konseli. kanfer dan saslow menyatakan bahwa beberapa informasi dapat digali, yaitu[57] :

a) Analisis perilaku konseli yang kurang tepat waktu sekarang dengan bersifat khusus.
b) Analisis situasi dan kondisi yang konseli alami pada saat terkena masalah.
c) Analisis motivasional.
d) Analisis *self control* merupakan bagaimana konseli dapat mengendalikan emosi diri terhadap peristiwa-peristiwa bermasalah konseli.
e) Analisis hubungan sosial merupakan orang lain yang dekat dengan kehidupan konseli dan hubungan orang tersebut dengan konseli.

[56] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseing,* (Jakarta : PT. Indeks, 2011) hal. 157

[57] Ika Putri Kanthi Lestari, Skripsi "Upaya Meningkatkan *Self Efficacy Rendah Terhadap Pemilihan Karir Dengan Konseling Behaviour Teknik Modelling Simbolik Pada Siswa Kelas VIII E Di SMPN N 6 Batang",* (Semarang : Bimbingan Konseling Universitas Negeri Malang, 2014) hal. 38

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

f) Analisis lingkungan fisik-sosial budaya merupakan analisis berdasarkan nilai norma dan keterbatasan lingkungan.

2) Menetapkan Tujuan

Menetapkan tujuan merupakan suatu kesepakatan yang dibuat sebelumnya dengan tertata dan teridentifikasi sesuai dengan infomasi. Menurut Burks dan Engelkes menyatakan terdapat tiga langkah yaitu :

a) Membantu konseli untuk memandang masalah atas dasar tujuan-tujuan yang diinginkan.
b) Memperhatikan tuuan konseli dengan sesuai sehingga mudah dipahami dan sesuai dengan tingkatan untuk menghadapi masalah dalam setiap situasi.
c) Memecahkan tujuan kedalam sub-tujuan dan menyusun tujuan menjadi susunan yang berurutan.

3) Menerapkan Teknik

Menerapkan teknik ini berhungan dengan pembandingan perubahan perilaku konseli sebelumnya dan sekarang. Konselor dan konseli akan menyesuaikan dan Menerapakan teknik-teknik tersebut dengan masalah yang dialami konseli.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4) Evaluasi dan Pengakhiran

Evaluasi dan pengakhiran memiliki proses yang saling berhubungan erat. Evaluasi akan dilakukan oleh konseli sebagai perilaku yang pernah dilakukan. Sedangkan tingkah laku konseli diguakan untuk mengevaluasi treatment yang telah diterapkan. Pengakhiran atau terminasi konseling meliputi :

a) Menguji apa yang konseli lakukan terakhir
b) Eksplorasi kemungkinan kebutuhan konseling tambahan
c) Membantu konseli mentrasfer apa yang dipelajari dalam konseling ke tingkah laku konseli
d) Memberi jalan untuk memantau secara terus menerus tingkah laku konseli[58]

f. Teknik-Teknik *Behavioral Therapy*

1) Desensitasi Sistematik

Teknik ini merupakan perpaduan dari beberapa teknik seperti memikirkan sesuatu, menenangkan diri (relaksasi) dan membayangkan sesuatu. Dalam pelaksanaannya konselor berusaha untuk menanggulangi ketakuatan atau kecemasan yang dihadapi oleh konseli. teori pengkondisian

[58] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseing,* (Jakarta : PT. Indeks, 2011) hal. 157

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

klasik maka respon-respon yang tidak dikehendaki dapat dihilangkan secara berahap. Cara yang digunakan dalam keadaan santai adalah dengan memberikan stimulus yang menimbulkan kecemasan kemudian dipasangkan dengan stimulus yang memimbulkan keadaan santai. Memasangkan secara berulang-ulang secara berangsur-angsur.[59]

2) Terapi Implosif dan Pembanjiran

Teknik ini terdiri aras pemunculan stimulus berkondisi secara berulang-ulang, teknik pembanjiran berbeda dengan teknik desentisasi sitematik dalam arti teknik pembajiran tidak menggunakan agen pengkondisian balik maupun tingkat keceasan. Terapis meunculkan stimulus-stimul penghasil kecemasan, klien membayangkan situasi, dan teerapis berusaha mempertahankan kecemasan klien. Menurut teknik ini, jika seseorang secara berulang-ulang dihadapkan pada satu situasi penghasil kecemasan dan konsekurnsi-konsekuensi yang menakutkan tidak muncul, maka kecemasan akan tereduksi atau terhapus.[60]

3) Terapi Aversi

Teknik pengkondisian aversi digunakan untuk meredakan perilaku yang tidak diinginkan dengan cara menyajikan stimulus yang tidak menyenangkan sehingga

[59] Hartono, *Psikologi Konseling Edisi Revisi* (Jakarta : Kencana 2012), hal. 128
[60] Gerald Corey. *Teori & Praktek Konseling & Psikoterapi*,hal. 211-212

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

perilaku yang tidak diinginkan tidak muncul. Stimulus yang tidak menyenangkan diberikan secara bersamaan dengan munculnya perilaku yang tidak diinginkan. Stimulus-stimulus aversi biasanya berupa hukuman dengan sengatan listrik atau pemberian ramuan yang membuat mual. Perilaku yang dapat dimodifikasi dengan teknik pengkondisian aversi adalah perilaku maladaptif, seperti merokok, obsesi kompulsi, penggunaan zat adiktif, penyimpangan seksual.

4) Latihan Asertif

Latihan asertif merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitik beratkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya. Sebagai contoh ingin marah, tapi tetap berespon manis. Latihan asertif adalah suatu teknik untuk membantu klien dalam hal-hal berikut:

a) Tidak dapat menyatakan kemarahannya atau kejengkelannya
b) Mereka yang sopan berlebihan dan membiarkan orang lainmengambil keuntungan dari padanya
c) Mereka yang mengalami kesulitan dalam berkata "tidak"

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d) Mereka yang sukar menyatakan cinta dan respon positif lainnya

e) Mereka yang merasakan tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan pikirannya.

Latihan asertif ini mengajak konselor untuk berusaha memberikan keberanian kepada klien dalam mengatasi kesulitan terhadap orang lain. Pelaksanaan teknik ini ialah dengan role playing (bermain peranan). Konselor misalnya berperan sebagai atasan yang galak, dan klien sebagai bawahannya. Kemudian dibalik, klien menjadi atasan yang galak dan konselor menjadi bawahan yang mampu dan berani mengatakan sesuatu keberanian. Hal ini memang bertentangan dengan perilaku klien selama ini, dimana jika ia dimarahi atasan diam saja, walaupun dalam hatinya ingin mengatakan bahwa ia benar.[61]

5) *Modelling*

Pemberian contoh merupakan teknik yang sering digunakan oleh konselor. Karena semua pengalaman yang didapat dari hasil belajar dapat dilakukan dengan cara melakukan pengamatan secara langsung atau tidak langsung kepada objek berikut konsekuensinya dengan pemberian

[61] Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2011) hal. 73

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

contoh, konseli akan belajar dari tingkah laku orang lain yang menjadi objek. Selain itu konseli dapat belajar dari sisi negatif dan positif dari objek yang dilihatnya.[62]

6) Home work

Suatu latihan rumah bagi klien yang kurang mampu menyesuaikan diri terhadap situasi tertentu. Caranya ialah dengan memberi tugas rumah untuk satu minggu. Misalnya tugas klien adalah tidak menjawab jika dimarahi ibu tiri. Klien menandai hari apa dia menjawab dan hari apa dia tidak menjawab. Jika seminggu dia tidak menjawab selama lima hari, berarti ia diberi lagi tuas tambahan sehingga selama tujuh hari tidak menjawab jika dimarahi. Selain teknik-teknik yang telah dikemukakan diatas, Corey jugamenambahkan teknik yang juga diterapkan dalam terapi behavioristic yang termasuk dalam metode-metode pengondisian operan, antara lain:

a) Perkuatan positif, adalah teknik yang digunakan melalui pemberian ganjaran segera setelah tingakh laku yang diharapkan muncul.

b) Percontohan (modeling). Dalam teknik ini dapat mengamati seseorang yang dijadikan contohnya

[62] Gerald Corey, *Teori & Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal.213

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk berperilaku kemudian di perkuat dengan mencontoh tingkahlaku sang model.

c) Token economy, teknik ini dapat diberikan apabila persetujuan dan penguatan lainnya tidak memberikan kemajuan pada tingkah laku klien[63]

2. Teknik *Modelling*

Pengembangan dari teori *behavioral* adalah teori belajar melalui mencontoh perilaku di sekitar lingkungan yakni disebut *Modelling* yang terbentuk melalui obsevasi langsungng (imitasi) dan tidak langsung (*vicarious conditoning*).[64] *Modelling* merupakan teknik *behavioral* yang proses belajar hasil dari interaksi di luar. Ahli psikologi *behavior* mempunyai pandangan tentang sebuah interaksi dan respon yang diberikan manusia adalah proses dari kondisi yang telah dialami.

a. Pengertian Teknik *Modelling*

Menurut Albert Bandura mengemukakan bahwa perubahan tingkah laku tidak hanya berlaku pada lingkungan. akan tetapi pada personal individu juga sangat berlaku.[65] Dalam hal ini, teknik *modelling* tidak sedekar meniru saja akan tetapi melibatkan penambahan atau pengurangan tingkah

[63] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktek*, hal. 173-175

[64] Faizah Noer Laela, *Bimbingan Konseling Sosial,* (Surabaya : UINSA Press, 2014), hal. 58.

[65] Diantini Nur Faridah, Jurnal BKI : "*Efektifitas Teknik Modeling melalui Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Karakter Rasa Hormat Peserta Didik,* Vol.5, No.1, Juni 2017, hal. 11

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

laku yang teramati, memilah setalah mengamati sekaligus melewati proses belajar melaui kognitif.[66]

Berdasarkan penjelasan sebelumnya bisa disimpulkan bahwa *modelling* merupakan teknik proses belajar dengan cara mengamati seseorang tokoh yang akan menjadikan model. Melewati proses belajar secara langsung maupun tidak langsung dengan adanya pemilihan perilaku yang akan mengubahnya dan sesuai.

b. Tujuan Dan Prinsip Teknik *Modelling*

Menurut Bandura strategi *modelling* merupakan proses pengamatan dilakukan individu karena adanya peniruan yang terjadi untuk perubahan perilaku.[67] Konseli mendapatkan perilaku baru dari model yang diamati dengan cara yang tepat, maka akan membantu konseli untuk mengatasi masalah.

Pada prinsip dari teknik *modelling* ini bertujuan untuk memperoleh perilaku baru yang positif dan membuang perilaku lama yang negatif serta mempertahankan perilaku yang diinginkan dengan tepat. Sedangkan tujuan konseling *behaviour* dengan teknik *modelling* adalah untuk merubah

[66] Sofwan Adiputra, Jurnal Konseling : "*Penggunaan Teknik Modeling Terhadap Perencanaan Karir Siswa"*, Vol. 1, No.1, Juni 2017, hal. 51.

[67] Arif Ainur Rofiq, *Teori dan Praktik Konseling*, (Surabaya : CV. Raiev Jaya, 2017), hal. 124

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

perilaku dengan mengamati model yang akan ditiru agar konseli memperkuat perilaku yang terbentuk.[68]

Sehingga tujuan umum dari teknik *modelling* adalah perilaku yang negatif bisa dihapus maupun diubah dengan merikan model yang ditiru. Sedangkan tujuan khusus dugunakan untuk kebutuhan atau permasalahan yang dialami konseli, yakni :

1) Bertujuan membatu konseli mengatasi fobia, penderita ketergantungan atau kecanduan obat-obatan dll[69]
2) Bertujuan membantu penderita gangguan kepribadian[70]
3) Bertujuan membantu memperbaiki yang maladptif menjadi adaptif[71]
4) Bertujuan membantu untuk merespon hal-hal yang baru[72]
5) Bertujuan membantu untuk mereduksi respon-respon yang tidak layak[73]

---

[68] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi,* (Bandung, PT. Refika Aditama, 2009), hal.09

[69] Gentina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling,* (Jakarta : PT, Indeks, 2011), hal. 190.

[70] Syamsudin, Skripsi " *Teknik Modelling Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung T.P 2017/2018,* Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Hal. 18

[71] Gentina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling,* (Jakarta : PT, Indeks, 2011), hal. 190.

[72] Gentina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling,* (Jakarta : PT, Indeks, 2011), hal. 190.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menurut Komalasari terdapat beberap prinsip teknik *modelling*, yakni [74]:

1) Belajar bisa diperoleh melalui pengalaman langsung dan bisa tidak langsug dengan mengamati tingkah laku orang lain
2) Kecakapan sosial tertentu bisa diperoleh dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku model yang ada
3) Kondisi emosi individu yang negatif bisa terhapus dengan mengamati orang lain sebagai akibat emosi negats dengan tindakan yang dilakukan.
4) Pengendalian diri dipelajari melalui pengamatan atas model yang mempunyai beberapa hal sama dengan individu inginkan
5) Status kehormatan model sangat berarti
6) Individu mengamati seorang model dan dikuatkan untuk mencontoh tingkah laku model
7) *Modelling* dapat dilakukan dengan model simbolik
8) Pada konseling kelompok terjadi model ganda karena peserta bebas meniru perilaku pemimpin kelompok
9) Posedur modeling dapat menggunakan berbagai teknik dasar modifikasi perilaku

---

[73] Ayu Sri Juniasrisih, dkk, Artikel Jurnal "*Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Modelling untuk Meningkatkan Emotional Intelligence Siswa pada Kelas X API SMK Negeri 1 Sririt Kabupaten Buleleng*", Universitas Pendidikan Ganesah, 2012, hal. 3

[74] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, , (Jakarta : PT, Indeks, 2011*)*, hal. 178

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Tahap-Tahap Teknik *Modelling*

Menurut Bandura terdapat tahap-tahp *modeling* yang perlu diperhatikan, yaitu :

1) Tahap perhatian

Tahap ini tidak bisa secara murni terbentuknya suatu perilaku atau tindakan baru. Tetapi dengan memperhatikan dan memahami secara teliti. Proses memperhatikan model ini maka akan dapat mempengaruhi cara perilaku individu.[75] misalnya, seorang pemimpin perusahaan di dalam sebuah forum akan berusaha agar karyawan mampu memperhatikan. Ketika telah memperhatikan maka tugas dan memotivasi karyawan lebih jelas dan sesuai.

2) Tahap retensi

Tahap retensi ini lebih kepada fokus pengulangan perilaku yang diperoleh dari model yang ditiru. Proses ini disebut pengkodean perilaku secara simbolik yang menjadi kode-kode visual dan verbal serta penyimpanan kode-kode tersebut dalam memori jangka panjang.[76]

[75] Jess Feist & Gregory Jess Feist, *Theories of Personality Edisi Ketujuh,,* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2008) hal. 204

[76] George Boeree, *Personality Theories Edisi Baru,* (Jogjakarta : AR-Ruzz Media, 2013), hal. 240

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3) Tahap reproduksi

Tahap reproduksi merupakan tahap untuk lebih menyesuaikan diri dengan perilaku model yang telah diamati. Bertujuan untuk menghindari perilaku yang salah yang menjadi kebiasaan yang tidak sesuai.[77]

4) Tahap motivasi dan penguatan

Tahap motivasi dan penguatan ini adalah tahap menjadi efektif dengan adanya pengamatan belajar yang memiiki motivasi tinggi. Motivasi yang timbul dengan kesamaan dengan model yang diamati. Sedangkan Beberapa penguatan juga mempunyai peran penting dalam pengamatan.[78] Sehingga, pada saat meniru model akan lebih menaruh perhatian, mengingat dan memproduksi perilaku dalam jangka panjang.

d. Pengaruh Teknik *Modelling*

Menurut Bandura menyatakan bahwa pengaruh teknik *modelling* terdapat tiga, yaitu :

1) Pengambilan respon atau kecakapan sosial baru dan memperlihatkan dengan pola perilaku baru.[79] Misalnya, karyawan dalam ketrampilan tugas kurang berkomitmen, kemudian mau bertanggung jawab atau anak dengan

[77] Alwisol, *Psikologi Kepribadian edisi revisi*, (Malang : UMM Press, 2009), hal 294

[78] Jess Feist & Gregory Jess Feist, *Theories of Personality Edisi Ketujuh*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2008) hal. 205

[79] Singgih dan Gunarsah, *Psikologi untuk Muda-mudi* (Jakarta : Gunung Mulia, 2004), hal. 221

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penyimpangan perilaku yang tidak mau berbicara jujur kemudian mau lebih banyak berbicara dan berkata jujur.

2) Hilangnya respon takut setelah melihat tokoh melakukan sesuatu yang menimbulkan rasa takut konseli, tidak beraktibat buruk bahkat berakibat positif.[80] Misalnya, model yang diamati sedang bermain-main dengan ular akan tetapi ternyata tidak digigit karena sudah jinak.

3) Adanya pengambilan respon baru dari pengamatan model. Sehingga lebih terdorong untuk melakukan yang mungkin telah paham dan telah dipelajari dan tanpa adanya hambatan.[81] Misalnya, remaja yang berbicara mengenai mode yang ada di DVD.

e. Jenis-Jenis *Modelling*

Menurut Corey terdapat beberapa jenis *modelling*, yakni :

1) Model yang nyata *(Live Model)*

Misalnya, model yang diamati konseli adalah konselor, pemimpin organisasi atau guru maupun beberapa orang dekat dilingkungan keluarga termasuk anggota keluarga.[82] Model yang nyata bertujuan untuk merefeksiksikan setiap perilaku khusus terutama dalam hal

[80] Gentika Komasari, *Teori dan teknik Konseling* (Jakarta : PT. Indeks, 2011), hal. 179

[81] Sina Mauludi, Skripsi "*Pengaruh Pelatihan Efikasi Diri Terhadap Peningkatan Optimisme Pencapaian Target Pada Karyawan Bagian Pemasaran Di Perbankan Syariah BDS (Barokah Dana Sejahtera)*, (Yogyakarta : Fakultas Ilmu Sosial dan Hmaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2015), hal. 26

[82] Gentika Komasari, *Teori dan teknik Konseling* (Jakarta : PT. Indeks, 2011), hal. 179

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kecakapan dan interaksi dalam memecahkan suatu masalah. Konselor dalam hal ini mempunyai peran dalam proses terbentuknya tingkah laku yang membuat konseli lebih menjadi akrab dengan suasana model yang nyata.

2) Model Simbolik *(Symbolic Model)*

Model yang dilihat melalui film, video, atau media lain. Misalnya, klien mempunyai riwayat penyakit neurosis lalu diperlihatkan sosok tokoh yang akan di jadikan model maka mengatasi masalahnya kemudian ditirunya.[83] Dalam hal ini bertujuan untuk mengubah perilaku yang tidak sesuai. Bahan yang dapat digunakan dalam model simbolik seperti bahan tertulis, audio, video, filem atau slide.

3) Model Ganda *(Multiple Model)*

Model ganda merupakan dilakukan pada kelompok. Seseorang anggota dari suatu kelompok mengubah sikap dan mempelajari suatu sikap baru, setelah mengamati bagaimana anggota lain dalam kelompoknya bersikap.[84] Dalam ini adalah efek melakukan terapi kelompok secara tidak langsung sangat mempengaruhi konseli. Model ganda bisa digunakan untuk meningkatkan rasa kurang

[83] Muhamammad Nur Salim, *Strategi Konseling*, (Surabaya : Unesa University Press, 2005), hal. 64

[84] Singgih dan Gunarsah, *Konseling dan Psikoterapi* (Jakarta : Gunung Mulia, 2007), hal. 222

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

percaya diri atau menumbuhkan rasa kemindiran atau perilaku tidak sesuai dan lain-lainnya.

3. *Self Efficacy*

a. Pengertian *Self Efficacy*

Self Efficacy merupakan penilaian diri dengan semua yang dilakukan telah tepat, baik maupun sesuai kehendak atau tidak.[85] Menurut Bandura *self efficacy* atau efikasi diri adalah "Penilaian diri tentang kecakapan dalam mengontrol setiap tindakan dengan tujuan mencukupi kinerja yang harus diselesaikan"[86]. Sedangkan Stephen, Thomas, Joan & John menyatakan bahwa *Self efficacy* merupakan kenyakinan individu pada kemampuan untuk bisa melakukan kegigihan dalam perilaku dalam hidup.[87]

Jadi, dari beberapa pendapat sebelumnya dapat di simpulkan bahwa *self efficacy* merupakan kepercayaan diri yang lebih berfokus pada suatu kemampuan yang ada di dalam diri individu. Beda halnya dengan suatu perasaan yang kurang percaya adanya keadaan individu disekitar maupun dilingkungan. Akan tetapi, lebih kepada kesiapan individu

[85] Alwisol, *Psikologi Kepribadian edisi revisi*, (Malang : UMM Press, 2009), hal 287

[86] Dede R.H, *Penelitian Tindakan Dalam Bimbingan dan Konseling* (Jakarta : 2011), hal. 156

[87] Stephen N. Elliot, Thomas R. Kratochwill, Johan L. Cook, & John E. Travers, *Educational Psychology : Effective Learning Effective Teaching, Boston : McGraw Hill, 2000,* hal. 222

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dalam menerima sebuah tantang untuk lebih percaya diri akan kemamampuan yang dimiliki sekarang.

b. Fungsi *Self Efficacy*

Beberapa fungsi *Self Efficacy* yang telah dikemukakan oleh Bandura, yakni :

1) Pilihan Perilaku

Self Efficacy yang ada, individu akan membuat sebuah pilihan terhadap tindakan atau perilaku yang akan tetapkan agar menggadapi tugas sesuai dengan tujuan yang diinginkan. [88]

2) Pilihan Karir atau pemantaban karir

Self Efficacy memiliki peran yang berpengaruh besar dalam hal mediator untuk pemilihan karir maupun pemantaban karir individu. Apabila individu telah bertekun dan merasa mampu akan tugas-tugas dalam karir tersebut maka akan memilih sesuai kehendak.[89]

3) Kuantitas usaha

Individu yang mempunyai *Self Efficacy* yang tinggi maka akan memiliki semangant besar untuk menghadapi kesulitan dan bertahan dalam

[88] Hamidah, Jurnal " *Pengaruh Self Efficacy* Terhadap Kemampuan Komunikasi Matematika, (Bandung : STKIP Siliwangi, 2010), hal.4

[89] Retno Wulansari, "*Pengaruh Self Efficacy Dan Prestasi Belajar Pada Siswa Peserta dan Non Peserta Program Penagajaran Intensif di Sekolah,* Bogor, 2001. Hal. 165

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengerjakan tugas yang ada dengan kemampuan individu. Sedangkan individu yang memiliki *Self Efficacy* rendah akan menghambat semangat untuk menyelesaikan tugas dengan menyerah dengan kemampuan yang ada. [90]

4) Kualitas usaha

Penggunaan strategi dalam sutau tugas secara lebih mendalam dan keterlibatan kognitif dalam belajar memiliki hubungan yang erat dengan *Self Efficacy* yang tinggi. Individu yang memiliki *Self Efficacy* tinggi cenderung akan memperlihakan penggunaan kognitif dan strategi belajar yang lebih variasi. [91]

Dalam penelitian tersebut mengemukakan bahwa *Self Efficacy* dengan orientasi sasaran memiliki hubungan erat dengan menetapkan tujuan yang spesifik lebih antab dalam waktu pendek serta menantang.

c. Aspek-aspek *Self Efficacy*

Menurut Bandura [92] bahwa efikasi diri mempunyai perbedaan pada setiap individu dengan telah terbagi menjadi tiga dimensi, yakni :

[90] Hamidah, Jurnal " *Pengaruh Self Efficacy* Terhadap Kemampuan Komunikasi Matematika, (Bandung : STKIP Siliwangi, 2010), hal.4

[91] Retno Wulansari, "*Pengaruh Self Efficacy Dan Prestasi Belajar Pada Siswa Peserta dan Non Peserta Program Penagajaran Intensif di Sekolah*, Bogor, 2001. Hal. 165

[92] M. Nur Ghufron, Teori-teori Psikologi, (Yogyakarta : AR-Ruzz, 2010) hal. 88

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Derajat

Dimensi derajat berkaitan dengan suatu persepsi individu dalam tingkatan merasa mampu untuk melaksanakan tugas ataupun tanggung jawab yang didapat. Tingkatan setiap individu terdapat batas yakni tugas mudah, sedang sampai sulit.

Maka, yang harus diyakini mampu memahami kemampuan dan menyelesaikan tugas sesuai target yang ditentukann sampai selesai dengan tindakan yang akan dicoba atau dihindari. Misalnya, keyakinan seorang karyawan dapat mengerjakan tugas baru yang diberikan (sebuah tantangan bagi karyawan), maka karyawan dalam hal ini memahamami taraf kemampuan dalam berbagai tindakan yang harus diselesaikan.

2) Kekuatan

Dimensi kekuatan berhubungan dengan keyakinan individu untuk menghadapi masalah atau tantangan dalam menyelesaikan tugas. Apabila kenyakinan individu lemah maka akan mencemaskan dengan pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung.

Sebaliknya, kenyakinan yang kuat akan dapat memotivasi dan mendukung pengalaman-pengalaman yang sebenarnya kurang mendukung. Sehingga, bisa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lebih rajin dan teliti dengan usaha setiap tantangan. Dimensi ini berhungan dengan tingkat kemampuan individu sendiri untuk menyelesaikan setiap tugas. Dalam hal ini lebih fokus pada kenyakinan untuk mempertahankan perilaku tertentu.

3) Generalisasi

Dimensi ini generalisasi ini berhubungan dengan yakin membuat gagasan kemampuan dalam perihal setiap tindakan atau perilaku individu pengalaman sebelumnya. Sehingga, individu tetap pada garis dimana individu beraktivitas dan situasi tertentu atau individu akan dalam berbagai aktivitas dan situasi bermacam-macam. Kenyakinan individu akan semakin tinggi apaibla dalam berbagai kondisi mupun aktivitas dapat memiliki keyakinan yang tinggi.

d. Kondisi mempengaruhi pembentukan *Self Efficacy*

Menurut Bandura *Self Efficacy* dipelajari dari yang didapat, diubah, ditumbuhkan maupun ditingkatkan dengan empat hal, yakni :

1) Pengalaman Memahami Sesuatu

Individu dapat memahami sesuatu dalam performa masa lalu maupun prestasi pada masa lalu yang akan berpengaruh pada *Self Efficacy* individu. Dalam hal ini

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

masa lalu mempunyai efikasi diri paling kuat untuk membuat perubahan pada individu. Apabila, performa pada masa lalu bagus maka akan meningkatkan *Self Efficacy* dan berkembang dengan keberhasilan.

Sebaliknya, apabila pada permorma di masa lalu mempunyai dampak negatif makan akan menghambat motivasi dalam *Self Efficacy* dan usaha individu.[93] Sehingga, Setiap keberhasilan perfoma atau prestasi memberikan berbeda-beda dengan sesuai proses pencapainya.

2) Modeling Sosial

Self Efficacy dapat timbul dan berkembang dengan baik apabila pemahaman kemampuan mengerjakan tugas individu terhadap keberhasilan orang lain setara atau sama. Sebaliknya, apabila pemahaman kemampuan mengerjakan tugas individu terhadap kegagalan orang lain akan menurunkan penilain yang berpengaruh pada usaha yang dilakukannya juga.[94]

3) Persuasi Sosial

Individu diajak dan diarahkan kepada bimbingan meliputi saran dan nasehat bertujuan untuk menumbuhkan serta meningkatkan keyakinan individu

[93] Jess Feist & Gregory Jess Feist, *Teori Kepribadian Edisi Ketujuh*, (Jakarta : Penerbit Salemba Humanika , 2010) hal. 213

[94] Alwisol, *Psikologi Kepribadian edisi revisi*, (Malang : UMM Press, 2009), hal 289

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

atas kemampuan-kemampuan yang ada dalam diri dengan menggapainya dengan jelas dan sesuai keinginan.

Menurut bandura pengaruh persuasi sosial dalam hal ini memiliki pengaruh sedikit karna apabila pengalaman-pengalam yang tidak menyenangkan akan secara langsung terus mensugesti dengan cepat dan terus-menerus dan tidak memberi pengalaman dengan pemahaman individu. [95]

Sehingga, apabila seseorang menyakinkan kita bahwa kita bisa melakukan sebuah tugas, biasanya kita dapat mengerjakan tugas dengan baik. Sugesti maupun nasehat dengan rasa semangat bisa membuat kita menyelesaikan tugas yang sulit, akan tetapi keberhasilan biasanya akan muncul dengan adanya upaya keras yang kita miliki daripada kemampuan melekat yang kita miliki.

4) Keadaan Fisik dan Emosional

Individu akan menilai kemampuannya dengan berpokok pada keadaan emosi dalam berbagai informasi. Ketika individu telah dipengaruhi lebih besar akan keadaan emosi maka akan menekan atau membuat

[95] Jess Feist & Gregory Jess Feist, *Teori Kepribadian Edisi Ketujuh,* (Jakarta : Penerbit Salemba Humanika , 2010) hal. 213

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

cemas dalam hal tindakan usaha untuk kerja individu. [96]

e. Faktor-faktor *Self Efficacy*

Menurut Bandura Faktor-faktor yang mempengaruhi individu dalam *Self Efficacy*, yakni[97]:

1) Budaya

Prosees penilaian diri individu akan mempunyai pengaruh besar melalui nilai, kepercayaan sebagai dasar *Self Efficacy* individu.

2) Gender

Perbedaan gender dalam hal ini mempengaruhi *Self Afficacy* dalam peran. Misalnya, wanita yang memiliki peran sebagai ibu rumah tangga akan tetapi memiliki *Self Afficacy* dengan wanita karir bahwa lebih tinggi dibandingkan dengan peran pria.

3) Kondisi Lingkungan

Taraf kemampuan individu dari mudah, sedang, sulit sangat mempengaruhi sifat penilaian terhadap kemampuan yang ada. individu menghadapi tugas yang semakin bervariasi maka akan semakin rendah penilaian individu terhadap kemampuannya.

[96] Alwisol, *Psikologi Kepribadian edisi revisi*, (Malang : UMM Press, 2009), hal 289

[97] Shohifatul Izzah, Skripsi : "*Perbedaan tingkat self –effecacy antara mahasiswa fakultas psikologi dan sains dan teknolgi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*, 2012 hal. 27

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sebaliknya, apabila individu menggadapi tugas yang sederhana maka akan semakin tinggi penilaian individu terhadap kemampuannya.

4) Intensif Eksternal

Bandura mengemukakan bahwa salah satu tumbuhnya *Self Efficacy* adalah dengan intensif yang diberikan orang lain yang merefleksikan keberhasilan orang. Dalam hal ini merupakan salah satu faktor individu lebih terpengaruh *Self Efficacy* nya.

5) Status dan Peran

Status peran akan mempengaruhi *Self Efficacy* individu. Apabila status lebih tinggi memperoleh peran dalam lingkungan lebih besar maka *Self Efficacy* yang dimiliki juga tinggi. Sedangakan individu yang status lebih rendah akan memiliki peran dalam lingkungan lebih kecil maka *Self Efficacy* yang dimiliki juga rendah.

6) Informasi tentang Kemampuan diri

Self Efficacy akan tinggi apabila individu mengetahui informasi tentang dirinya positif. Sebaliknya, individu akan memiliki *Self Efficacy* rendah apabila mengetahui informasi mengenai dirinya negatif.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Karyawan

a. Pengertian Karyawan

Karyawan merupakan pemiliki peran penting dalam suatu perusahaan. Sehingga dikatakan suatu kekayaan mengalir melalui semua bentuk usaha seorang karyawan. Menurut Hasibun karyawan adalah orang penjual jasa (pikiran, atau tenaga) dan mendapat kompensasi yang besarnya telah ditetapkan terlebih dahulu.[98] Menurut subri karyawan merupakan penduduk dalam suatu negara yang memproduksi barang dan jasa jika ada permintaan terhadap tenaga mereka.[99]

Berdasarkan pernyataan tersebut, maka disimpulkan bahwa karyawan adalah seorang yang berusia 15-64 tahun berperan aktif mampu melaksanakan pekerjaan didalam maupun diluar untuk menghasilkan barang atau jasa. Setiap karyawan dituntut untuk bisa melaksanakan tugas yang diberikan dengan sesuai serta karyawan berhak memperolah kepuasan yang diberikan oleh perusahaan.

b. Fungsi dan Peranan Karyawan

Menurut Soedarjadi karyawan dalam perusahaan memiliki fungsi dan peranan yang harus dilaksanakan :

[98] Hasibun, *Manajemen Sumber Daya Manusia*, (Jakarta : Aksara, 2009) hal, 69.

[99]Khoirunnisa El Karimah, *Hubungan Stress dengan Kepuasan Kerja Karyawan di Tiga* Direktorat *Operasional PT PLN (persero),* Skripsi Program Serjana Imu Adminitrasi Negara, Depok : Universitas Indonesia, 2012, hal. 8.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Setiap pekerjaan atau tugas yang diberikan sesuai dengan yang diperintahkan[100]
2) Menjaga ketertiban dan keamanan di lingkungan perusahaan demi kelangsungan perusahaan
3) Bertanggung jawab pada hasil produksi
4) Menciptakan kenyaman dan kesejahteraan perusahaan[101]

c. Faktor-faktor Mempengaruhi Karyawan

Menurut Robbins dalam kehidupan seorang karyawan dapat memiliki tiga faktor dalam mempengaruhi cara bertindakan atau berperilaku, yakni :

1) Faktor Lingkungan

   Terdapat beberapa faktor yang mendukung faktor lingkungan, diantaranya perubahan situasi bisnis yang menimbulkan ketidakpastian ekonomi, politik, kemajuan teknologi. Dll. [102]

2) Faktor Organisasi

   Terdapat beberapa faktor yang mendukung faktor organisasi, yakni; tugas yang tidak sesuai dengan batas kemampuan, pemimpin yang menuntut dan

[100] Soedarjadi, *Hak* dan *Kewajiban Pekerja – Pengusaha,* (Yogyakarta : Pustaka Yustisia, 2009), hal. 15

[101] Soedarjadi, Hak dan *Kewajiban Pekerja – Pengusaha,* (Yogyakarta : Pustaka Yustisia, 2009), hal. 15

[102] Khoirunnisa El Karimah, *Hubungan Stress dengan Kepuasan Kerja Karyawan di Tiga* Direktorat *Operasional PT PLN (persero),* Skripsi Program Serjana Imu Adminitrasi Negara, Depok : Universitas Indonesia, 2012, hal. 27

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tidak pekak, teman kerja yang tidak sesuai, tugas terlalu banyak. Dll.[103]

3) Faktor Individu

Faktor individu meliputi lingkup personal, keluarga, masalah ekonomi pribadi dan karakteristik kepribadian yang permanen.[104]

d. Dampak-dampak yang Timbul

Menurut Ross dan Altmaier berpendapat bahwa tiga dampak yang ada apa karyawan[105] :

1) Dampak Psikologis

Dampak psikologis yang muncul mempengaruhi karyawan seperti, bosan, stress, depresi, kecemasan, kebingungan, perasaan terisolasi maupun keadaan dan kondisi tidak nyaman lainnya.

2) Dampak Fisik

Dampak fisik yang muncul mempengaruhi karyawan seperti, sering sakit kepala, sering tidak bisa tidur, susah bernafas, alergi dll.

---

[103] Marwati Umamit, Jurnal Skripsi "*Hubungan Stres Kerja Dengan Keterlibatan Kerja Pada Karyawan"* Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, 2016, hal. 7

[104] Marwati Umamit, Jurnal Skripsi "*Hubungan Stres Kerja Dengan Keterlibatan Kerja Pada Karyawan*," Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, 2016, hal. 7

[105] Khoirunnisa El Karimah, 2012, *Hubungan Stress dengan Kepuasan Kerja Karyawan di Tiga* Direktorat *Operasional PT PLN (persero),* Skripsi Program Serjana Imu Adminitrasi Negara, Depok : Universitas Indonesia, hal. 28.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3) Dampak Tingkah Laku

Dampak tingkah laku ini terdiri dari dua kategori, yakni berlaku bagi karyawan atau bagi perusahaan. Contoh seperti berlaku pada karyawan antara lain perilaku menghindari tugas, agresi terhadap teman kerja maupun keluarga, makan dengan porsi berlebihan maupun kekurangan. Sedangkan contoh berlaku pada perusahaan seperti, datang ke tempat kerja telat, sering absen, aktivitas produktivitas menurun, meninggalkan pekerjaan, mengalami kecelakaan.

B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Adapun hasil Penelitian terdahulu yang disajikan relevansi antara lain :

1. UPAYA MENINGKATKAN *SELF EFFICACY* RENDAH TERHADAP PEMILIHAN KARIR DENGAN KONSELING BEHAVIOUR TEKNIK MODELING SIMBOLIK PADA SISWA KELAS VIII E DI SMPN 6 BATANG. Oleh : Ika Putri Kanthi Lestari, Nim : 1301407054, Prodi : BKI, *Self Efficacy* Rendah, Pemilihan Karir, Teknik Modeling Simbolik

   Perbedaan : Skripsi ini menggunakan metode kuantitatif. Objek yang diteliti adalah siswa SMPN. Berfokus pada teknik modeling simbolik

   Persamaan : Skripsi ini sama-sama meneliti *Self Efficacy* rendah dengan teknik behavior

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. TEKNIK *MODELING* SEBAGAI UPAYA PENANGANAN UNTUK MENGURANGI PERILAKU ADIKTIF *SMARTPHONE* PADA ANAK DIKELURAHAN TERITIP, KOTA BALIKPAPAN, KALIMANTAN TIMUR. Oleh : Ahmad Munir, Nim : B5324013, Prodi : BKI, Teknik *Modeling*, Prtilaku adiktif, *Smartphone*

   Perbedaan : Skripsi ini berfokus pada individu dengan perilaku adiktif smartphone pada anak. Persamaan : Skripsi ini sama-sama menggunakan metode kaulitatif dan teknik *modelling* untuk menangani perilaku negatif.

3. HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* KARIR DENGAN KEMANTANGAN KARIR SISWA KELAS XII SMA NEGERI 1 KARANGANYAR KAB. DEMAK. Oleh : Nur Ani Abidul Umum, Nim : 1550408039, Prodi : Psikologi, *Self Efficacy* Karir, Kemantangan Karir

   Perbedaan : Skripsi ini menggunakan metode kuantitatif. Objek yang diteliti adalah siswa SMA. Persamaan : Skripsi ini sama-sama meniliti karir dan *Self Efficacy* Karir.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Obyek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Konselor melaksanakan penelitian di salah satu perusahan percetakan Faza Grafis Sidoarjo. Lokasi alamat lengkap terletak pada jalan brebek 3B No.20B. Faza Grafis merupakan perusahaan yang berdiri pada tahun 2013. FAZA merupakan kepanjangan dari Fatma dan Zaka. Yakni, dari nama sepasang suami istri Muhammad Zakariya dan Fatmawati. FAZA mempunyai motto “Costumer puas dan kami senang”. Visi dan Misi nya membuat undangan adalah untuk membuat moment terindah pada saat pernikahan dengan jasa serta design elegan akan tetapi harga bersahabat.

Dahulu sebelum terbentuk dengan nama FAZA Grafis, terciptalah nama FAZA Invitation. Fokus perusahaan pada percetakan undangan pernikahan saja. Karyawan beranggotakan dari kalangan keluarga sendiri. sehingga pada saat itu home industri yang disebut CV. Akan tetapi, pada tahun 2015 telah berubah menjadi sebuah perusahaan dengan bernama FAZA Grafis. Fokus perusahan tidak hanya pada undangan pernikahan akan tetapi souvenir dan penyablonan. Perusahaan FAZA juga telah melakukan mitra bisnis dan membuat workshop. Perusahaan FAZA telah tiga kali dipakai oleh murid SMK

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sekitar Sidoarjo-Surabaya dengan mempunyai tujuan untuk melaksanakan tugas praktif dan observasi tugas Di bawah ini merupakan siklus karyawan setiap tahun FAZA Grafis.

Tabel 3.1

Data karyawan

No	Tahun	Jumlah Karyawan
1.	2013-2014	Beranggota keluarga
2.	2014-2015	Delapan karyawan
3.	2015-2017	Lima karyawan + Team Sovenir (lima orang)
4.	2017-2019	Lima karyawan + Team Sovenir (duapuluh orang)

Pada tahun 2018-2019 telah membuka cabang di daerah Mojokerto. Akan tetapi, Konselor memilih tempat penelitian di FAZA Grafis daerah Sidoarjo. Menangani masalah *Self Efficacy* Rendah salah seorang karyawan tersebut.

2. Deskripsi konselor

Konselor merupakan sebagai pendorong untuk menyelesaikan masalah klien. Secara umum untuk menyelesaikan setiap masalah konselor harus terbukti telah melaksanakan beberapa teknik sesuai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

teori maupun praktek terapan di lapangan. Dalam hal ini minimal jenjang pendidikan yang diperolah yakni strata satu jurusan psikologi pendidikan maupun bimbingan konseling islam. Penelitian ini dilakukan konselor bernama Helthy Safitri Rahmah.Dilahirkan pada 15 Maret 1997 di Mojokerto. Tempat tinggal konselor sekarang di jemur wonosari gg. Masjid no.31 Surabaya. Sedangkan tempat tinggal konseli di Brebek 3B waru sidoarjo. Agama konselor adalah islam. Saat ini konselor sedang menempuh pendidikan strata satu (S1) fakultas Dakwah dan Komunikasi prodi Bimbingan dan Konseling Islam di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Konselor telah memiliki beberapa pengalaman dalam bidang praktek konseling yaitu, pada saat tugas Konseling Krisis semester 5, Konselor melakukan konseling *trauma healing* di desa Tambak beras, Waru, Sidoarjo. Objek konselor adalah anak-anak di komunitas rumah baca yang masih memiliki trauma ketika mengetahui beberapa suara petir dan awan petang. Konselor melalukakan treatment selama sebulan.

Pada semester 6, konselor melakukan praktek dengan cara observasi terapi pada tempat rehabilitisasi sosial di Yayasan Rumah Siput Surabaya. Konselor melakukan beberapa konseling kepada orang tua pasien pada yayasan tersebut. Pada mata kuliah konselor juga observasi ke RSJ Lawang Malang. Dalam hal tersebut konselor juga berinteraksi pada dengan pasien yang dalam indikator rendah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pada semester 7 konselor melakukan praktek konseling dengan cara bervariasi yakni, pada mata kuliah *Appraisal Konseling,* dan *Media Bimbingan Konseling Islam.* Sehingga, konseli telah melakukan konseling Individu dan Kelompok dengan cara penyajian yang berbeda dan sesuai untuk treatment diterapkan pada konseli. Selain itu konselor pernah malaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di Rutan Klas 1 Medaeng bagian sebuatan Blok i atau Blok Anak Kementrian Hukum Kota Surabaya selama dua bulan. Konselor belajar lebih untuk mempraktekkan konseling demi memperdayakan anak-anak narapidana dengan layanan individu maupun kelompok. Beberapa kegiatan inspirasi, pendidikan maupun pelatihan dan game dilakukan didalam aula penjara yang telah di jaga oleh petugas.

3. Deskripsi konseli

Konseli merupakan seorang karyawan yang meminta permintaan untuk konselor memberi dorongan atau atas permintaan orang lain yang dekat dengan konseli. Konseli memeliki beberapa masalah yang perlu diselesaikan. Masalah konseli di tempat kerja sebagai karyawan di Sidoarjo. Konseli berjenis kelamin laki-laki dengan memiliki *self efficacy* rendah dalam kondisi menjadi karyawan sekarang.

a. Biodata Konseli

Nama : Mr. M (Nama Samaran)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tanggal Lahir : 14 Juli 1997

Jenis Kelamin : Laki-laki

Status : Belum Menikah

Pekerjaan : Karyawan

Alamat Asal : Nabire Papua Irian Jaya

Alamat Sekarang : Brebek, Waru, Sidoarjo

b. Kepribadian Konseli

Konseli merupakan seorang sebagai karyawan yang rajin dan tekun akan tugas yang diberikan pemimpin kepadanya. Setiap pekerjaan ia kerjakan karna pada dasarnya ingin menemukan hasil yang sesuai dengan tujuannya. Akan tetapi, konseli kurang percaya diri pada kemampuan yang dimiliki dan bingung dengan yang harus dilakukan untuk masa depannya atau tujuan kedepannya.

c. Latar Belakang Keluarga Konseli

Konseli adalah anak pertama dari dua bersaudara.Bapak konseli berasal dari jawa timur sedangkan ibunya berasal dari Nabire Papua. Ortu konseli memilih tinggal di Papua. Bapak konseli mempunyai pandangan tetang islam yang mendalam. Sehingga, kedua anaknya dipondokkan dijawa. Adek konseli memiliki kemampuan pada akademik yang lebih menonjol dari

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pada konseli. sedangkan konseli lebih kepada kemampua non akademik. Tidak heran apabila konseli ingin lebih mengerti dalam dunia bisnis. Keluarga konseli juga menerima pendapat yang dikemukakan konseli, walau bapak konseli agamis. Jadi sering mengingatkan atau menyangkutkan dalam pembicaraan tentang agama. Mulai dari kebaikan dan jual beli dll.

d. Keadaan Ekonomi

Konseli termasuk keadaan ekonomi yang tercukupi di kota papua. Pekerjaan bapak konseli merupakan seorang petani yang mempunyai lahan sawah yang luas. sedangkan seorang ibu merupakan ibu rumah tangga yang mempunyai tanaman sayur disekitar rumah. kedua orang tua koseli juga mempunyai ayam yang dikategorikan dengan jumlah yang banyak sehingga mempunyai ternak medium.

e. Latar Belakang Keagamaan Konseli

Konseli telah mendapatkan beberapa materi agama dari keluarga dan telah belajar selama di jawa. sebelumnya di Kots papua telah mondok selama satu tahun di Apik Karadiri. Lalu melanjutkan belajar di jawa selama 3 tahun di pondok pesantren Al-Anwar Sidoarjo dan 2 tahun mondok di paculgowang jombang.

f. Latar Belakang Sosial Konseli

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Konseli mempunyai jiwa merespon yang tinggi. Walaupun terkadang bingung dengan tindakan atau tanggapan ketika bertemu dengan orang baru. Konseli sering merasa bimbang dalam tindakan yang tidak sesuai dengan ucapan. Sebagai seorang karyawan konseli bingung dengan tindakan yang ia lakukan tidak sesuai dengan tujuannya secara pribadi maupun organisasi yang ada sekarang.

4. Deskripsi masalah

Suatu kenyamanan dalam keseharian diperlukan. Terutama dalam lingkungan keharian kita beraktivitas. Apabila gejala adanya tidakkenyaman telah muncul maka hal tersebut termasuk suatu masalah yang harus diatasi. Masalah atau ketidak nyaman mempengaruhi cara bertindak atau cara mengambil keputusan.

Konselor ini mengambil suatu masalah yang dialami konseli pada tempat kerjanya. Saat bertemu dengan konseli, konseli bercerita tentang masalah yang dialaminya sekarang. Yakni bingung dengan tindakan yang akan diambil dalam hal karirnya kedepan. Dalam pikiran konseli terdapat kurang kepercaan diri atau kenyakinan tentang ketrampilan konseli akan tetapi konseli bingung untuk tujuan dan cara berindak dalam hal karir tersebut.[106]

[106]Lampiran Wawancarapada tanggal 25 Januari 2019 pukul 09.00 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel. 3.2

PETA KONSEP PENERAPAN

BEHAVIORAL THERAPY* DENGAN TEKNIK *MODELLING

IDENTIFIKASI MASALAH

1) Kurang percaya diri terhadap ketrampilan yang dimiliki
2) Belum siap dengan berbagai macam tantangan baru selain pekerjaannya sekarang
3) Bingung dengan tujuannya yang sebenarnya
4) Merasa sesuai dengan pekerjaannya akan tetapi ketrampilan dalam diri belum terpenuhi
5) Sering melamun

DIAGNOSA

Konseli mengalami masalah *Self Efficacy* rendah pada seorang karyawan

PROGNOSA

Memberikan kegiatan baru dengan cara belajar :

1. Pengamatan,
2. Peniruan
3. Percontohan
4. Pemberian tingkah laku baru
5. Memperkuat tingkah laku yang terbentuk

TREATMENT

1. Mengajak konseli memahami dan mengobservasi model yang ditiru
2. Mengajak konseli mereproduksi perilaku konseli sendiri
3. Mengajak konseli memahami perjalanan nabi saat berusaha berdagang
4. Mengajak konseli bersholawat
5. Membuat jadwal bertarget

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Deskripsi Proses *Behavioral Therapy* dengan teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Rendah Pada Seorang Karyawan di Perusahaan Faza Grafis Sidoarjo

Dalam masalah ini konselor memberikan *Behavioral Therapy* dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *Self Efficacy* rendah pada seorang karyawan. Hal ini berhubungan dengan ketrampilan seorang karyawan. Upaya konselor membantu konseli untuk lebih mantab dengan *Self Efficacy* yang dimiliki. Konselor menerapkan teknik *modelling* dari Albert Bandura termasuk kognitif sosial. Hal yang ingin dimodifikasi adalah perilaku konseli. sehingga, mengubah atau menghilagkan setiap perilaku negatif dalam diri konseli menjadi positif. Konseli lebih mempunyai target jelas dengan ketrampilan yang dimiliki. Secara signifikan dan lebih spesifik dengan cara :

a. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah merupakan hal yang dilakukan pada tahap sebelum masalah yang sebenarnya terungkap. Dalam hal ini konselor dan konseli telah mendiskusikan atau membuat kotrak sebelumnya untuk mencapai tujuan dan harapan sesuai dan tidak menghindari adanya suatu hal atau peristiwa yang tidak sesuai.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pada tahap identifikasi, konselor akan mencari informasi dan menggali data yang detail tentang konseli. Segala dampak negatif yang dialami oleh konseli, konselor akan memberikan treatment yang sesuai dan tidak terjadi kesalahan dalam proses terapi. Informasi didapatkan dari hasil observasi, wawancara dari pemimpin perusahaan dan teman kerja. Sedangakan data-data yang didapatkan konselor dari sumber-sumber yang telah diuraikan sebagai berikut :

Mr. M merupakan salah satu karyawan yang bekerja di perusahaan FAZA Grafis di Sidoarjo. Ia merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Adiknya masih mondok di Mojokerto Jawa timur. Adiknya berjenis kelamin laki-laki. Mr. M memiliki ketrampilan dan kemampuan yang berbeda dengan Mr. M dari kecil.[107]

Mr. M merupakan karyawan yang tergolongkan baru di perusahaan FAZA Grafis. Dalam kehidupan Mr. M merupakan pertama kalinya ia bekerja di suatu perusahaan pada bagian *packing*. Apabila terdapat suatu barang pesanan yang harus diantar oleh konseli merupakan tugas karyawan tersebut. Sebaliknya, apabila terdapat suatu barang pesanan yang harus di ambil oleh konseli merupakan tugas karywan juga. Mr. M juga menikmati setiap pekerjaan yang ia kerjakan sekarang.

[107]Lampiran Wawancara pada tanggal 11 Januari 2019pukul 14.00 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pada bulan akhir 2018 kemaren. Mr. M mengikuti beberapa pelatihan yang telah dipilihkan oleh pemimpin perusahaan FAZA grafis. Bertujuan untuk meningkatkan ketrampilan dalam bekerja karyawan.

Butuh beberapa waktu untuk konseli bercerita dengan apa yang dialami sekarang. Sehingga konselor melakukan wawancara kepada pemimpin perusahaan dan teman kerja konseli terlebih dahulu. konseli selama ini telah mengerjakan pekerjaannya sesuai tugas yang diperintahkan. Konseli bekerja bagian *packing* sehingga keseharian mengantar dan mengambil pesanan FAZA. Akan tetapi, saya juga telah memberikan sebuah kepuasan serta kebutuhan untuk mengikutkan setiap karyawan dalam pelatihan yang sekiranya waktu dan kondisi memungkinkan bisa ikut.[108] Dalam wawancara tersebut setiap karyawan di berikan hak belajar oleh pemimpin. Akan tetapi, untuk follow up tergantung pada individu. Konselor mengetahui gejala adanya melamun dan bingung pada saat waktu luang kerja. Semakin sering bertemu dan *sharing* kecil-kecilan membuat konseli nyaman dan terbuka. Sehingga konselor mengetahui sebabnya. Konseli merasa bingung dengan apa ketrampilan ini benar, dan bagaimana ketrampilan ini bisa dilatih untuk masa depan.

[108]Lampiran Wawancara pada tanggal 11 Januari 2019 pukul 14.00 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Konselor wawancara dengan teman kerja konseli. Bahwa konselor memang sudah senang dan nyaman dengan pekerjaan yang sekarang. Walau bagian *Packing* akan tetapi dia sering melamun ketika orderan masih dalam proses. Dia juga sering bertanya, tentang apakah ketrampilan ini cocok.[109] Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh konselor. Konseli memang memiliki gajala tentang *Self Efficacy* yang rendah.

Tabel 3.4

Indikator *Self Efficacy* Rendah[110]

Efikasi	**Lingkungan**	**Prediksi Hasil Tingkah laku**
Tinggi	Responsif	Sukses, melaksanakan tugas yang sesuai dengan kemampuannya
Rendah	Tidak Responsif	Depresi, melihat orang lain sukses pada tugas yang dianggapnya sulit
Tinggi	Tidak Responsif	Berusaha keras mengubah lingkungan menjadi responsif, melakukan protes, aktivitas sosial, bahkan memaksakan

[109]Lampiran Wawancara pada tanggal 11 Januari 2019 pukul 14.00 WIB
[110] Alwisol, *Psikologi Kepribadian edisi revisi*, (Malang : UMM Press, 2009), hal 290

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		perubahan
Rendah	Responsif	Orang menjadi apatis dengan ketrampilan yang dimiliki, pasrah, merasa tidak mampu

Tabel sebelumnya menjelaskan bahwa :

1) Ketika efikasi diri tinggi dan lingkungan responsif, hasilnya kemungkinan besar akan tercapai
2) Ketika efikasi rendah berkombinasi dengann lingkungan yang responsif, maka akan timbul merasa depresi karena observasi bahwa orang lain dapat berhasil melakukan suatu tugas yang terlalu sulit untuk individu
3) Ketika efikasi diri yang tinggi menemui situasi lingkungan yang tidak responsif, maka akan meningkatkan usaha untuk mengubah lingkungan dengan melakukan protes-protes atau kegiatan aktivis sosial.
4) Ketika efikasi diri rendah dikombinasikan dengan lingkungan responsif, menjadi apatis, segan, pasrah, bimbang.

Dalam hal ini, konseli memiliki efikasi rendah dengan lingkungan yang responsif. Pemimpin perusahaan serta teman kerja konseli sangat responsif terhadap konseli akan tetapi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dalam diri konseli belum sepenuhnya ada kepercayaan tentang ketrampilan atau kemampuan yang dimiliki sehingga menimbulkan adanya kebingungan.

b. Diagnosis

Diagnosis adalah langkah selanjutnya bertujuan untuk mengidentifikasi penyebab permasalah yang dialami oleh konseli. Sehingga pada langkah ini mengetahui latar belakang dengan munculnya suatu permasalahan dan konselor menetapkan masalah yang ada pada konseli. Setelah hasil wawancara dan observasi dari orang terdekat serta menggunakan salah satu instrument pada tabel 3.5 telah terlampir maka konselor menyimpulkan adanya gejala-gejalah dialami oleh konseli, antara lain :

1) Kurang percaya diri terhadap ketrampilan yang dimiliki
2) Belum siap dengan berbagai macam tantangan baru selain pekerjaannya sekarang
3) Bingung dengan tujuannya yang sebenarnya
4) Merasa sesuai dengan pekerjaannya akan tetapi ketrampilan dalam diri belum terpenuhi
5) Sering melamun

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Prognosis

Langkah selanjutnya yakni memamahi permasalahan dari setiap gejala. Sehingga konselor memilih sebuah treatment atau terapi yang sesuai dengan permasalahan yang konseli alami. Konseli akan memberi dorongan dengan cara konseli sendiri dan teknik terapi yang sesuai.

Pada tahap sebelumnya konselor telah menggali data dengan observasi dan wawancara kepada konseli dan beberapa orang terdekat konseli. maka konselor telah memilih terapi behavior dengan menggunakan teknik modeling untuk masalah yang dialami konseli.

Proses terapi ini dilakukan dengan menyesuaiakan waktu antara konseli dan konselor serta melakukan diskusi dalam hal teknik serta terapi sehingga bisa sesuai dengan masalah yang konseli hadapi. Sehingga adanya pemilahan perilaku yang negatif dan positif pada diri konseli. adapun tujuan terapi ini adalah untuk konseli lebih mengetahui dalam diri konseli. menumbuhkan kepercayaan terhadap ketrampilan yang dimiliki dengan melakukan beberapa penguat tingkahlaku yang berulang-ulang hingga perilaku negatif menjadi perilaku yang positif.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Terapi

Terapi atau treatment konselor menggunakan untuk merubah perilaku yang tidak sesuai atau menghapus perilaku negatif konseli. Konselor dan konseli mempunyai masalah pada mencocokan pertemuan karna pekerjaan yang dialami konseli tidak pasti akan tetapi proses tetap berjalan hingga tiga bulan berlalu. Berikut terapi yang konselor terap kan pada konseli yang berpusat pada teknik *modelling* :

Teknik konselor pilih merupakan teknik yang sesuai dengan konseli lakukan setiap harinya. Sebelum masuk ke tahap terapi konselor melakukan wawancara kepada konseli untuk mengetahui tentang ketrampilan yang dikuasai oleh konseli serta membuat konseli percaya diri bahwa memang konseli mempunyai ketrampilan tersebut. Instrument minat dan bakat terdapat pada tabel 3.6 yang telah terlampir.

Hasil tersebut menunujukkan bahwa Konseli memilliki total angka terbanyak pada nomor 3 yakni Seni, Teknologi dan Komunikasi Audio Visual (Suara dan Gambar). Hal ini bertujuan untuk mengetahui minat dan bakat konseli dan sebagai penguat akan lebih percaya akan ketrampilan yang konseli miliki.

Setelah itu Pada pertemuan Pertama hari sabtu. Konseli

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pada pertemuan ini telah nyaman dengan konselor. Sehingga konselor membuat sebuah kontrak atau musyawarah tentang teknik yang akan di terapkan. langkah awal teknik ini mengarah pada Atensi (Perhatian). Pada tahap terapi ini, konseli diajak untuk memperhatikan sesama terhadap sosok atau tokoh yang membuat konseli tertarik dan ingin ditiru. Konselor memberikan beberapa wawancara secara tertulis dan lisan pada tabel 3.7 telah terlampir.

Konselor memberikan proses belajar dengan mengamati untuk konseli dengan beberapa pilihan untuk lebih mengarahkan konseli agar tidak bingung. Terdapat tiga model yang ingin ditiru oleh konseli yakni, bapak, ibu dan pemimpin perusahan FAZA akan tetapi di akhir pertanyaan konseli lebih mengarah kepada pemimpin perusahaan FAZA. Sehingga pemimpin perusahaan FAZA merupakan *live model* konseli pada proses ini.

Pada pertemuan Kedua di hari rabu. Langkah setelah atensi adalah Retensi (ingatan). Dalam hal ini konseli melalukan fokus pada model yang ingin ditiru. Setiap perilaku positif model akan disimpan dan diingat dengan melakukan reproduksi perilaku konseli sendiri. konselor memberikan wawancara secara tertulis untuk diisi dan lisan untuk diceritakan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pada tabel 3.8 yang telah terlampir terdapat instrument proses konseling serta tabel 3.9 jawaban proses konseling bertujuan Mengajak konseli untuk memahami dan mengingat perilaku-perilaku yang positif untuk ditiru serta menghilangkan perilaku yang negatif. Hasil tersebut menunjukkan konseli memilih model " pemimpin FAZA" dengan beberapa perilaku yang diamati dan dibandingkan dengan perilaku positif dan negatif harus diubah maupun dikembangkan. Gejalah-gejalah yang ada pada identifikasi masalah telah dimengerti oleh konseli. Sehingga lebih mudah untuk mereproduksi perilaku proses konseling ini.

Pertemuaan ketiga di hari jumat. Tahap ini merupakan reproduksi dengan cara kita berdiskusi dan membayangkan dengan model yang membuat konseli tertarik. Beberapa hal konseli bertanya kepada model tentang perjalanan bisnis selama enam tahun. Pada akhir sesi konselor bertanya tentang kesimpulan. Konseli menyimpulkan bahwa *"Semua usaha selama ini dimulai dengan niat dan yakin, tapi itu tidak cukup kita harus melaksanakan. Tapi sebelum melaksanakan kita harus memiliki target yang berhubungan. Jadi saya harus bisa yakin dengan adanya ketrampilan yang sekarang lebih diasah dengan berlatih berulang-ulang jika bingung bisa tanyak*[111]. Dari kesimpulan dari,

[111] Lampiran verbatim pada tanggal 22 Februari 2019 pukul 14.00 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

konseli telah membayangkan dan mulai merencanakannya secara tidak sengaja maupun tidak disengaja.

Pada pertemuan keempat di hari minggu. Konseli melanjutkan tahap Reproduksi pada sesi kemaren. Karena konseli ingin menanyakan beberapa pertanyaan terkait ketrampilan. Lalu pada akhir sesi konselor meminta sesi konseling individu untuk menyimpulkan hasil tersebut. Konseli mempunyai simpulan "*memang tantangan baru itu berat akan tetapi lebih baik mencoba. Kita akan mendapatkan pengalaman baru dan ilmu baru.*" Dalam sesi ini juga. Model memberikan *symbol model* yakni kisah rasulullah. Bahwa model yang ditiru juga mengambil hikmah dan meniru rasulullah SAW. Ditekankan bahwasannya "*Selain skill berdagang nabi Muhammad SAW memiliki ketrampilan membangun hubungan dengan suku-suku kabilah Arab selaku kawan-kawan kakeknya. Muhammad mengajukan berbagai penawaran kepada saudagar kaya".*[112] Konseli tertarik dengan hal tersebut. Sehingga ketika konselor mewawancarai kesimpulan yang didapat konseli menjawab "Intinya Kenyakinan atau kepercayaan dan berani menerima tantangan baru yang ada". proses ini telah menunjukkan beberapa meningkatan tentang *Self Efficacy* rendah karyawan.

Pemimpin perusahaan juga memberikan nasehat untuk

[112] Lampiran verbatim pada tanggal 22 Februari 2019 pukul 14.00 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengatasi perilaku konseli dengan rasa bingung atau gugup serta melamun dengan bersholawat 1000 kali dalam 1 hari. Sehingga konseli lebih tenang dan nyaman dalam bekerja. Dalam hal konselor telah mendapat data melalui observasi bahwa konseli suka bersholawat pada awal masuk perusahaan. Akan tetapi kesukaannya kepada sholawat mulai pudar sejak konseli sering melamun atau resah.

Pada pertemuan kelima di hari jumat. Koselor melaksanakan tahap selanjutnya untuk diberikan kepada konseli. tahap motivasi. Hal ini meruakan tahap dimana adanya dorongan untuk konseli lebih memantabkan proses belajar menirunya. Menurut Bandura terdapat beberapa motivasi[113] :

1) Dorongan masa lalu, yaitu dorongan-dorongan sebagaimana sebagaimana bukti kita perna belajar
2) Dorongan yang dijanjikan, yaitu sebuah dorongan-dorongan yang bisa dibayangkan
3) Dorongan-dorongan yang kentara, yatu seperti melihat maupun teringat model-model yang patut ditiru.

[113]George Boeree, *Personality Theories Edisi Baru*, (Jogjakarta : AR-Ruzz Media, 2013), hal. 241

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Beberapa jenis dorongan tersebut, konseli menceritakan beberapa yang pernah model lakukan sehingga konseli membuat target lebih jelas tentang ketrampilan yang ada pada diri konseli. Hasil tersebut terdapat pada tabel 3.10 yang telah terlampir.

Pertemuan ketujuh di hari minggu merupakan tahap evaluasi/*follow up*. Sehingga adanya kemajuan atau perkembangan dalam bertindak konseli sangat ditinjau. Menurut Beberapa pengamatan konselor kepada konseli telah menunjukkan adanya perubahan sedikit demi sedikit.

Konselor menerapkan tahap terakhir dalam proses konseling ini. Konselor kembali menyakan kabar konseli setelah melaksanakan terapi pada proses konseling. Konseli mengutarakannya bahwa sekarang tidak sering melamun dan telah sering belajar karikatur dan telah menemukan tujuan selama berkarir ini.[114] Konseli telah membuat jadwal target pada tabel 3.11 yang telah berada dilampiran.

Maka konselor menyimpulkan bahwa perubahan konseli terjadi, yakni : konseli mulai bisa lebih nyaman dan tentang dengan menerapkan sholawat 1000 kali. Konseli mulai mengurangi membuang waktu luang dengan mengisi hal positif yakni belajar karikatur. Konseli mulai menerima beberapa tantangan baru. Konseli telah bisa memperhatikan perilaku yang

[114] Lampiran verbatim pada tanggal 22 Februari 2019 pukul 14.00 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

baik untuk dia dan karirnya dengan tujuan dan target yang konseli tulis.

2. **Deskripsi hasil akhir Deskripsi Proses *Behavioral Therapy* dengan Teknik *Modeling* untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Rendah Seorang Karyawan di Perusahaan Faza Grafis Sidoarjo**

Konselor telah melakukan terapi melalui beberapa tahap dalam proses konseling *behavioral therapy* dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan self efficacy rendah seorang karyawan, maka hasil tersebut telah diketahui oleh konselor secara bertahap. Wawancara dan observasi merupakan alat untuk membantu koselor melaksanakan terapi ini dengan hasil yang cukup bisa membuat konseli berkembang atau berubah.

Beberapa dorongan konselor lakukan kepada konseli untuk proses konseling yang dilakukan. *Behavioral therapy* dengan teknik *modelling* telah membuat konseli lebih tahu masalah dengan cara pemecahan sesuai diri sendiri. adapun perubahan atau perkembangan konseli bahwa konseli telah mantab dengan tujuan dan konseli telah melakukan tujuan serta target sesuai dengan ketrampilan yang dimiliki.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV

ANALISIS DATA

Dalam penelitian ini, konselor menggunakan analisis deskriptif komparatif. Adanya perbandingan kondisi konseli antara sebelum melakukan proses konseling dengan setelah dilaksanakan proses konseling. Kemudian konselor membuat presentase kemajuan atau hasil setelah dilakukannya proses konseling.

A. Analisis Proses *Behavioral Therapy* dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Rendah Seorang Karyawan di Perusahaan FAZA Grafis Sidoarjo

Konselor melaksankan proses konseling dengan beberapa langkah atau tahapan yakni diantaranya identifikasi masalah, diagnosi, prognosis, terapi atau treatment dan evaluasi atau *follow up*. Analisis yang dilakukan konseling dengan membandingkan data teori dan data yang telah terjadi di lapangan.

Tabel 4.1

Data dan Teori dan Lapangan

No	Data Teori	Data Empiris/Lapangan
1	Identifikasi masalah yaitu mencari dan menelaah permasalahan yang konseli alami secara detail dan mendalam	Berdasarkan data lapangan, *Self Efficacy* rendah terlihat sekali dengan seringnya melamun pada saat jam kerja kosong, munculnya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		kebingungan ketika membayangkan suatu target atau tujuan dalam suatu karir, beberapa kali hanya selalu bertanya kepada teman kerja tentang dengan bagaimana mengaplikasikan ketrampilan yang dimiliki, telah mengikuti beberapa pelatihan dari pilihan pemimpin perusahaan akan tetapi masih saja bingung mengawali dari mana untuk mengasah ketrampilan yang dimiliki, ketrampilan hanya dimiliki kurang dipraktekkan setiap hari.
2.	Diagnosa yaitu menetapkan masalah yang dialami oleh konseli	Identifikasi masalah yang sebelumnya sebagai dasar untuk penetepan masalah-masalah yang dialami oleh konseli, yakni adanya beberapa gejal-gelaja sebagai berikut ; sering melamun, merasa mampu bekerja tapi ketrampilan disadari kurang diasah, bingung dengan mengasah ketrampilan,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		pasrah, ragu menerima tantangan-tangan baru, terkadang berlatih akan tetapi bingung untuk meneruskan, bingung dengan sebuah target atau tujuan saat ini. Dengan adanya gejala-gelaja tersebut, maka ditetapkanlah bahwasannya konseli mengalami *Self Efficacy* Rendah sebagai seorang Karyawan
3.	Prognosis yakni menetapkan jenis bantuan atau terapi yang akan diterapkan dalam proses konseling	Tahap selanjutnya yakni memberikan dorongan dengan teknik *modelling* sebagai bentuk untuk meningkatkan *Self Efficacy* rendah seorang karyawan tersebut. Teknik *modelling* (teknik percontohan, peniruan dan pengamatan) dipilih bertujuan untuk konseli bisa lebih memiliki *Self Efficacy* rendah sebagai seorang karyawan. Selain itu, karena konseli juga membutuhkan motivasi untuk berubah dan perlu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		orang (model) yang dijadikan contoh untuk perubhan dirinya menjadi lebih baik dan dalam hal ini, konselor memiih pemimpin perusahaan konseli sebgai modelnya. Bentuk *modeling* yang diterapkan yaitu dengan menggunakan *live model* sebagai metode utama dan *symbolic model* sebagai penguatannya
4.	Treatment yaitu sebuah proses pemberian terapi atau tindakan konseling yang alam hal ini menggunakan teknik *modeling* dengan penerapan *live model,* bertujuan untuk mengadaptasi perilaku dan model dan menggunakan *symbolic model* untuk proses penguatan	Model memberikan *modeling* kepada konsel yang berdampak pada *Self Efficacy* rendah untuk cara memberikan arahan dan dorngan agar dapat mengkuti aktifitas yang diarahkan oleh model untuk membenahi periaku menjadi positif. Kegiatan-kegiatan yang diarahkan model juga bersinggungan langsung dengan kegiatan berdisusi tentang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		ketrampilan dan karir, melatih ketrampilan dengan membuat target dan membuat tujuan, konseli lebih antusias dalam mengulang pelajaran dengan periviewan diskusi, jika konseli sering melamn sehingga tidak mengasah atau berlatih ketrampilan yang dimiliki, maka konseli akan menghukum diri sendiri dengan bersedekah ke anak yatim piatu. Dalam hal ini *ive model,* juga mencontohkan bagaimana cara Rasullah berisnis ,cara beliau memngasah ata mengembangkan kemampuan atau ketrampilan. Diusahakan konseli mudah memahami dan mencontohnya. Serta mempraktekkan sholawat 1000 kali untuk mengurangi sikap gugup, bimbang maupun sering melamun.
5.	*Follow up* (tindakan	Pada tahap follow up ini, selain melakukan observasi juga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		melakukan evaluasi. Sehingga konselor dapat mengetahui suatu keberhasilan pada konseli dengan teknik yang digunakan untuk dalam menanggapi masalah telah dialami oleh konseli. Pada hasilnya konseli telah mengalami perubahan setelah melakukan proses konseling dengan teknik *modeling* selama 2 bulan setengan dan tentunya proses tersebut akan terus berkelanjutan hingga konseli benar-benar menyadari sepenuhnya. Kesimpulan dari proses konseling melalui teknk *modeling* dapat dikatakan berhasil karena adanyaa perubahan pada konseli

Berdasarkan table terebut, dapat diketahui melalui identifikasi masalah yakni *self efficacy* rendah pada seorang karyawan terlihat dari adanya beberapa gejala seperti seringnya melamun, adanya keraguan menerima tantangan baru, walau lingkugan sangat resposif tapi kepercayaan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

akan ketrampilan dalam dirinya kurang, pada saat jam kosong klien hanya melamun dengan memikirkan tujuan dan target tapi belum jelas dan jarang mempraktekkan ketrampilan yang pernah didapat.

Berdasarkan perbandingan antara data dari teori dan data dari lapangan menunjukkan keesuaian atau persamaan yang mengarah pada *Self Effiicacy* rendah sebagai seorang karyawan lingkungan telah mendukung yakni dalam dirinya masih dalam keadan bingung untuk melakukan hal yang baru, sering melamun dilakukannya karna bingung akan target dan tujuan yang kurang jelas, sehingga konseli tidak melakukan kegiatan bermanfaat terutama berhubungan dengan ketrampilan pada waktu jam kosong.

Proses pelaksanaan konseling teknik *modeling* ini diterapkan oleh konselor karena suatu pengalaman secara langsung maupun tidak langsung tidak hanya dilihat saja. Akan tetapi pengalaman dengan adanya pengamatan, pengulangan, penyesuaian, penguatan dari model yang ditiru. Pada proses pelaksanakannya, konseling, konselor menambahkan kombinasi antara *live model* yakni pemimpin perusahaan sendiri dengan *symbolic model* yakni kisah-kisah Rasulullah SAW. Hal ini diterapkan dengan diskusi untuk membangun reproduksi dan motivasi yang kuat. Konseli ditargetkan untuk aktiv bertanya dalam diskusi. Sehingga proses tersebut memudahkan konseli untuk memahami teknik penerapan tersebut.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Analisis Hasil Akhir *Behavioral Therapy* dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Rendah Seorang Karyawan di Perusahaan FAZA Grafis Sidoarjo

1. Kurang percaya diri terhadap ketrampilan yang dimiliki

   Konseli sering bertanya pada dirinya sendiri dan menjawab sendiri bahwa dia ragu dengan ketrampilan yang dimiliki. Konseli juga sering menyakan pada teman kerjanya tentang ketrampilan yang dimiliki akan tetapi masih bingung dan masih perlu dipertanyakan berulang-ulang

   Beberapa kata yang selalu dilontarkan yakni *"apakah benar ketrampilanku bisa dikembangkan? Lah, kayak gitu-gitu ae. Dan lebih yang membuat aku bertanya jika bisa dikembangkan apa benar ketrampilanku adalah membuat kartun karikatur"*. Dalam hal ini, dilontarkan ketika konseli sebelum tidur kepada teman kerjanya yang satu kontrakan. Dilakukannya berulang-ulang sehingga membuat kebiasaan yang dibaik dan membuat teman kerjanya tidak nyaman.

2. Belum siap dengan berbagai macam tantangan baru selain pekerjaannya sekarang

   Apabila Konseli kurang percaya diri dengan ketrampilannya konseli juga memiliki kegelisahan ketika ketrampilan yang dimiliki benar-benar bisa dikembangkan. Maka, akan banyak tantangan yang konseli bulum siap untuk menghadapinya. Konseli telah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menyadari karena kurang berlatih. Akan tetapi masih kurang percaya diri dengan ketrampilan yang diperoleh dari minat dan bakatnya sebelumnya. Hal ini konseli telah menunjukkan perilaku gugup dalam beberpa hal diberika oleh pemimpin perusahaan.

3. Bingung dengan tujuannya yang sebenarnya

Konseli selama ini bekerja tanpa adanya tujuan individu maupun organisasi. konseli hanya menjalankan setiap tugas yang diberikan pemimpin FAZA. Sehingga adanya timbul perilaku-perilaku negatif seperti emosional. Ketika itu teman kerja konseli perna membicarakan soal tujuan dan pertanya kepada konseli. Semakin teman kerja mengajak berdiskusi tentang masa depan semakin dia akan marah dan membanting pulpen lalu meninggalkan.

4. Merasa puas dengan pekerjaannya akan tetapi ketrampilan dalam diri belum terpenuhi

Konseli dalam gejala ini terlalu pasrah. Sehingga semangat dalam diri hilang. Seringkali konseli tidak mengeluh kepada pekerjaannya akan tetapi konseli hanya bisa berharap pekerjaannya kelak bisa menggiringnya kepada minat bakat yang pernah konseli miliki. Wajah konseli tampak lesu pada saat wawancara. Konseli hanya bisa berharap tapi tidak mempraktekkan minat dan bakatnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Sering melamun

Konseli lebih memilih menghabiskan waktu kosong untuk melamun daripada melakukan penerapan ketrampilan yang dimiliki. Jika pekerjaan *packing* telah usah konseli sering sekali mencoret-coret kertas yang hanya seperti orang kebingungan.

Adapun gambaran hasil proses konseling dipaprkan dalam tabel dibawah ini:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.2

Kondisi Konseli

No	Kondisi Konseli sebelum dilakukan proses konseling	A	B	C	Kondisi Konseli setelah dilakukan proses konseling	A	B	C
1.	Kurang percaya diri terhadap ketrampilan yang dimiliki			✓	Kurang percaya diri terhadap ketrampilan yang dimiliki		✓	
2.	Belum siap dengan berbagai macam tantangan baru selain pekerjaannya sekarang			✓	Belum siap dengan berbagai macam tantangan baru selain pekerjaannya sekarang		✓	
3.	Bingung dengan tujuannya yang sebenarnya			✓	Bingung dengan tujuannya yang sebenarnya		✓	
4.	Merasa puas dengan pekerjaannya akan tetapi ketrampilan dalam diri belum terpenuhi		✓		Merasa puas dengan pekerjaannya akan tetapi ketrampilan dalam diri belum terpenuhi	✓		
5.	Sering melamun			✓	Sering melamun	✓		

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Keterangan : A : Tidak Pernah

B : Kadang-kadang

C : Masih dilakukan

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa konseli mendapatkan beberapa perubahan. Dalam hal ini telah dibuktikan dengan adanya perubahan atau peningkatan dalam tindakan konseli. konseli memiliki perilaku baru yang telah diadaptasi dari model yang diterapkan oleh konselor. Konseli menjadi lebih terarah dengan beberapa yang dinginkan atau diraih tertarget.

Suatu keberhasilan konseli bisa diukur dengan tingkat keberhasilan dan kegagalan dalam proses konseling tersebut, konselor memberi dasaran pada setiap presentase perubahan tindakan stantdart uji sebagai berikut :

a) >75% atau 75% sampai dengan 100% dikategorikan berhasil
b) 60% sampai dengan <75% dikategorikan cukup berhasil
c) <60% dikategorikan kurang berhasil[115]

Terdapat 5 gejala yang konseli alami benar-benar menunjukkan *Self Efficacy* rendah sebelumnya. Setelah proses konseling telah diterapkan kepada konseli dan telah dianalisis berdasarkan tabel sebelumnya, maka dapat diketahui hasil setelah proses konseling yaitu :

1) Gejala yang tidak pernah dilakukan = 2,2/5 x 100% = 40%

[115] Ismail Nawawwi Uha, *Metode Penelitian Kualitatif, Teori dan Aplikasi untuk Ilmu Sosial, Ekonomi/Ekonomi Islam, Agama, Manajement dan Ilmu Sosial Lainnya,*(Jakarta : Dwi putra Pustaka Jaya, 2012), hal. 284

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Gejala yang kadang-kadang dilakukan = 3,3/5 x 100% = 60%

3) Gejala yang masih dilakuan = 0,0/5 x 100 = 0%

Hasil presentase diatas, dpat diketahui dengan teknik *modelling* sebagai untuk meningkatkan *self efficacy* rendah pada seorang karyawan dengan hasil gelaja yang tidak pernah dilakukan sebesar 40% dan gejala yang kadang-kadang diakukan sebesar 60% dengan standar >75% atau 75% sampai dengan 100% dikategorikan berhasil.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Adapun kesimpulan dari penelitian "*Behavioral Therapy* dengan Teknik *Modelling* untuk meningkatkan *Self Efficacy* Rendah seorang Karyawan di FAZA Grafis Sidoarjo" yakni sebagai berikut :

1. Proses bimbingan dan konseling teknik *Modelling* sebagai untuk meningkatkan *Self Efficacy* Rendah pada seorang karyawan di FAZA Grafis Sidoarjo terdapat 5 proses atau langkah koseling yang telah dilakukan yaitu; identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi/*treatment* dan evaluasi/*follow up*. Pada proses *modelling*, konselor menggunakan *model live* (nyata) yakni pemimpin FAZA untuk melaksanakan setiap langkah proses konseling. Model yang diamati juga menggunakan pendekatan-pendekatan islami barupa; mengetahui cara berdagang ala rosulullah dan bagaimana cara rosulullah menanggapi berbagai tantangan.
2. Pada hasil akhir teknik *Modelling* untuk meningkatkan *Self Efficacy* Rendah pada seorang karyawan di FAZA Garis Sidoarjo terjadi perubahan yang mengacu pada pikiran dan kebiasaan sebagaimana berikut;
    a) Pikiran

        Konseli mulai menyadari bagaimana cara menentukan sebuah pilihan tanpa adanya kebimbingan dan keraguan yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dulunya hanya bisa merenung dan melamun setiap waktu. Tapi sekarang ia lebih bisa berpikir secara positif untuk dirinya dalam kegiatan yang baik dan bersifat positif walaupun memang terkadang perlu diingatkan.

b) Kebiasaan

Konseli telah meningkatkan *Self efficacy* yang rendah sebagai seorang tersebut. Beberapa hal dalam pengamatan serta peniruan dari model membuat konseli lebih tahu tentang *Self Efficacy* menjadi lebih terarah. Model juga melatih konseli untuk membiasakan diri mengaplikasikan ketrampilannya dengan meniru sifat nabi sebelum berdagang.

Perubahaan yang demikian ini membuat kondisi konseli menjadi lebih pribadi yang sukses. Pemimpin FAZA senang dengan adanya kemajuan yang dimiliki. Begitu juga dengan teman kerjanya yang sudah tidak lagi mendengar perbincangan kurang jelas yang konseli tanyakan setiap hari. Teman kerjanya lebih memberi semangat ketika itu, sering membelikan gorengan ketika konseli berhasil. Karena hal tersebut konseli lebih termotivasi dan tidak lupa untuk mengingat kisah-kisah nabi yang diberikan pemimpin FAZA kepada konseli.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Saran

1. Bagi konselor, sebaiknya mengasah kemampuan mengenai ketrampilan komunikasi konseling agar dalam proses konseling mampu mencapai hasil yang diinginkan. Selain itu, konselor mampu meraih kepercayaan dari konseli agar ada rasa nyaman saat proses konseling.
2. Bagi konseli, sebaiknya mampu berpikir dengan bertindak untuk membuat sebuah target dan percaya akan apa yang ada pada diri. Tentunya pemimpin FAZA serta teman kerja bisa memantau aktifitas konseli lebih terarah denan baik dan sesuai.
3. Bagi para pembaca pada umumnya banyaknya sebuah tantangan bukan berarti harus menyerah dengan arah tanpa tujuan. Seperti halnya, ketika telah menemukan sebuah pekerjaan tentunya menjadi karyawan. Bukan berarti hanya pada hasil yang diinginkan akan tetapi proses yang dibutuhkan. Setiap tujuan dan arahan harus jelas sehingga tidak menimbulkan adanya istilah “kelinglungan” dalam dunia kerja.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Achmadi, Cholid Narbuka & Abu *Metodologi Penelitian.* 1997. Jakarta : Bumi Aksara,

Adiputra, Sofwan. 2017. Jurnal Konseling : "*Penggunaan Teknik Modeling Terhadap Perencanaan Karir Siswa",* Vol. 1, No.1, Juni

Akbar, Husaini dan Purnomo Setiadi. 1996 *Metodologi Penelitian Sosial.* Jakarta : Bumi Aksara,

Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian edisi revisi*. Malang : UMM Press.

Arifin, Zainal. 2011. *Peneltian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru.* Bandung : Rosda Karya,

Bungin, Burhan. 2008. *Metodologi Pnelitian Kualitatif.* Jakarta : Raja Grafindo Persada.

Corey, Gerald. *2005. Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi.* Bandung : PT Refika Aditama

Corey, Gerald. *2013. Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi.* Bandung : PT Refika Aditama,

Creswell, John W. 2015. *Reaserach Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed Edisi Ketiga*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Damayanti, Rika. Juni 2016. Jurnal BKI : "Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling Untuk Mengatasi Perilaku Agresif Pada Peserta Didik SMP Negeri 07 Bandar Lampung", Vol.3, No.1

El Karimah, Khoirunnisa. 2012. *Hubungan Stress dengan Kepuasan Kerja* Karyawan *di Tiga* Direktorat *Operasional PT PLN (persero),* Skripsi Program Serjana Imu Adminitrasi Negara, Depok : Universitas Indonesia.

Engko, Cecilia. April 2008. Jurnal Bisnis dan Akuntansi : "*Pengaruh Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Individual dengan Self Esteem dan Self Efficacy Sebagai Variabel Intervening",* Vol. 10, No. 1.

Faridah, Diantini Nur. 2017. Jurnal BKI : *"Efektifitas Teknik Modeling melalui Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Karakter Rasa Hormat Peserta Didik,* Vol.5, No.1, Juni.

Feist, Jess Feist & Gregory Jess 2008. *Theories of Personality Edisi Ketujuh. Yogyakarta* : Pustaka Pelajar.

George Boeree. 2013. *Personality Theories Edisi Baru.* Jogjakarta : AR-Ruzz Media.

Ghufron. M. Nur. 2010. Teori-teori Psikologi. Yogyakarta : AR-Ruzz.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Gunarsah, Singgih. 2004. *Psikologi untuk Muda-mudi*. Jakarta : Gunung Mulia.

H, Dede R. 2011. *Penelitian Tindakan Dalam Bimbingan dan Konseling*. Jakarta.

Hartono. 2012. *Psikologi Konseling Edisi Revisi*. Jakarta : Kencana

Hamidah. 2010. Jurnal " *Pengaruh Self Efficacy* Terhadap Kemampuan Komunikasi Matematika. Bandung : STKIP Siliwangi.

Handayani, Agustuti. Artikel : "*Pengaruh Kemampuan, Kecakapan dan Ketrampilan Terhadap Kinerja Auditor Kota Metro",* Universitas Bandar Lampung.

Hasibun. 2009.*Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta : Aksara.

Herdiansyah, Haris. 2011. *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosia*. Jakarta : Salemba Humanika.

Izzah, Shohifatul. 2012 . Skripsi : "*Perbedaan tingkat self –effecacy antara mahasiswa fakultas psikologi dan sains dan teknolgi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang,*

Jatmika, Kristiana Yunitri dan Devi. Agustus 2015. Jurnal : "*Tipe Kepribadian OCEAN dengan CAREER DECISION SELF EFFICACY Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Jakarta,* Vol. 03, No. 02.

Juniasrisih, Ayu Sri dkk, 2012. Artikel Jurnal "*Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Modelling untuk Meningkatkan Emotional Intelligence Siswa pada Kelas X API SMK Negeri 1 Sririt Kabupaten Buleleng",* Universitas Pendidikan Ganesah.

Kawet, R. Ribka Rimper, L 4 Desember. Jurnal : Pengaruh Perencanaan Karir dan Self Efficacy terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. PLN (PERSERO) Area Manado, EMBA, Vol.2, No.4

Komalasari, Gentina. 2011. *Teori dan Teknik Konselin*. Jakarta : PT, Indeks.

Kumalasari, Dyesi. Juni 2017. Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam : *"Konsep Behavioral Therapy dalam meningkatkan Rasa Percaya diri pada siswa Terisolir"*. Hisbah,Vol. 14, No. 1,

Laela, Faizah Noer. 2014. *Bimbingan Konseling Sosial*. Surabaya : UINSA Press

Latipun. 2015. *Psikologi Konseling edisi keempat*. Malang : UMM Press.

Leavitt, Harold J. 1992. *Psikologi Manajement Edisi keempat*. Jakarta : PT. Gelora Aksara Pratama,

Lestari, Ika Putri Kanthi. 2014.Skripsi "Upaya Meningkatkan *Self Efficacy Rendah Terhadap Pemilihan Karir Dengan Konseling Behaviour Teknik Modelling Simbolik Pada Siswa Kelas VIII E Di SMPN N 6 Batang"*. Semarang : Bimbingan Konseling Universitas Negeri Malang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Lubis, Namora Lumongga. 2011. *Memahami Dasar-dasar Konseling.* Jakarta : KENCANA.

Mauludi, Sina. 2015. Skripsi "*Pengaruh Pelatihan Efikasi Diri Terhadap Peningkatan Optimisme Pencapaian Target Pada Karyawan Bagian Pemasaran Di Perbankan Syariah BDS (Barokah Dana Sejahtera).* Yogyakarta : Fakultas Ilmu Sosial dan Hmaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.

Nasution, S. 1996. *Metode Penelitian Naturalistik.* Bandung : Tarsito.

Purbandini, Novita Dian Presiana dan Dewanti. September 2012. Jurnal : "*Hubungan Antara Efikasi Diri (Self Efficacy)* Dan Stres Kerja dengan Kejenuhan Kerja *(Burnout)* pada perawat IGD dan ICU RSUD Kota Bekasi", Soul, Vol.5. No.2.

RI, Departement Agama Mushaf Al-Qur'an Terjemah Edisi Tahun 2002. Jakarta : Al-Huda, 2005.

Rofiq, Arif Ainur. 2017. *Teori dan Praktik Konseling.* Surabaya : CV. Raiev Jaya.

Salim, Muhamammad Nur. 2005. *Strategi Konseling.* Surabaya : Unesa University Press.

Santata, Sigit. 2012. Jurnal Paradigma, *Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling,* N0. 14^{Th,} VII, hal. 3

Sarwono, Jonathan. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif.* Yogyakarata : Graha Ilmu.

Soedarjadi. 2009. *Hak dan Kewajiban Pekerja – Pengusaha.* Yogyakarta : Pustaka Yustisia

Sugiono.2013. *Metode Penelitan Pendidikan.* Bandung : Alfabeta.

Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung : Alfabeta.

Sumanto. 2014. *Psikologi Umum.* Yogyakarta : PT Buku Seru.

Supriatna, Mamat. 2006. Artikel : "Apa Dan Bagaimana Bimbingan Karier", Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.

Susiati, Erna. 2008. *Hubungan Self Efficacy dengan Kemantangan Karir pada Siswa Kelas X SMAN 8 Bandung.* Bandung : FIB UPI Bandung.

Syamsudin, Skripsi " *Teknik Modelling Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung T.P 2017/2018,* Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Travers., Stephen N. Elliot, Thomas R. Kratochwill, Johan L. Cook, & John E. 2000. *Educational Psychology : Effective Learning Effective Teaching, Boston : McGraw Hill.*

Umamit, Marwati 2016. Jurnal Skripsi "*Hubungan Stres Kerja Dengan Keterlibatan Kerja Pada Karyawan*:. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.

Wills, Sofyan S. 2009. *Konseling Individual Teori dan Praktek.* Bandung : Alfabeta.

Wulansari, Retno.2001 "*Pengaruh Self Efficacy Dan Prestasi Belajar Pada Siswa* Peserta *dan Non Peserta Program Penagajaran Intensif di Sekolah*. Bogor.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id